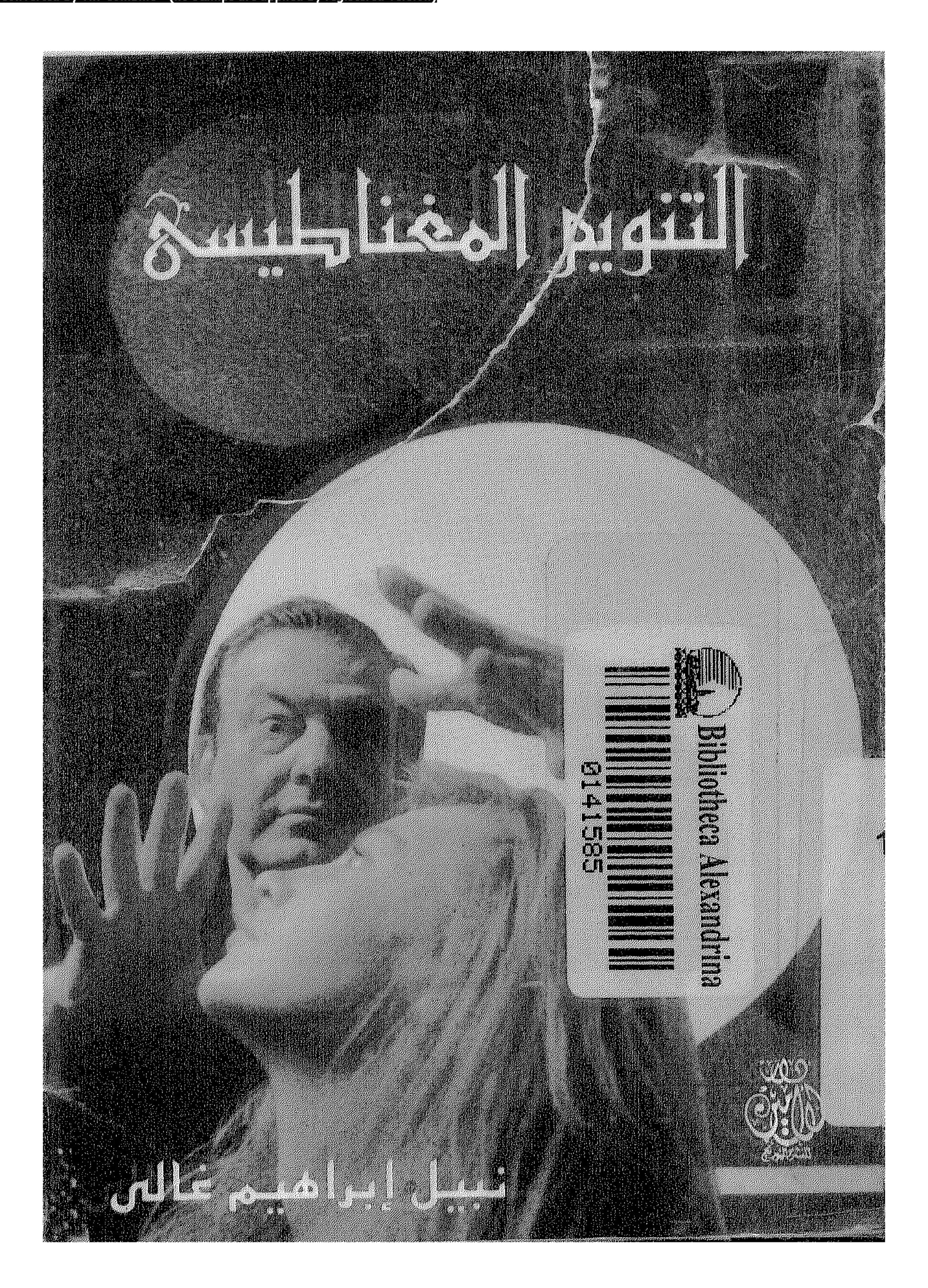


التنويم المغناطيسي
Bibliotheca Alexandrina
0141585
نبيل إبراهيم غالى





التنويم المغناطيسي

بسم الله الرحمن الرحيم

فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفَاءً وَأَمَّا مَا يَنفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ

صدق الله العظيم

دار الأمين

طبع * نشر * توزيع

القاهرة : ١٠ شارع بستان الدكة من شارع الألفى (مطابع سجل العرب)

تليفون : ٥٩٣٢٧٠٦

ص.ب : ١٣١٥ العتبة ١١٥١١

الجيزة : ٨ شارع أبو المعالى (خلف المعهد البريطانى) العجوزة

تليفون / فاكس: ٣٤٧٣٦٩١

١ شارع سوهاج من شارع الزقازيق (خلف قاعة سيد درويش) الهرم

ص.ب : ١٧٠٢ العتبة ١١٥١١

الطبعة الأولى

١٤١٧هـ - ١٩٩٧م

رقم الإيداع ١١٦١٤/١٩٩٦

ISBN

977-279-096-3

نبيل إبراهيم غالى

التنويم المغناطيسي





الفهرس

الموضـــــــــوع	الصفحة

إيحاء الحركة وإيحاء المحاكاة :

الموضـــــــــــوع	الصفحة

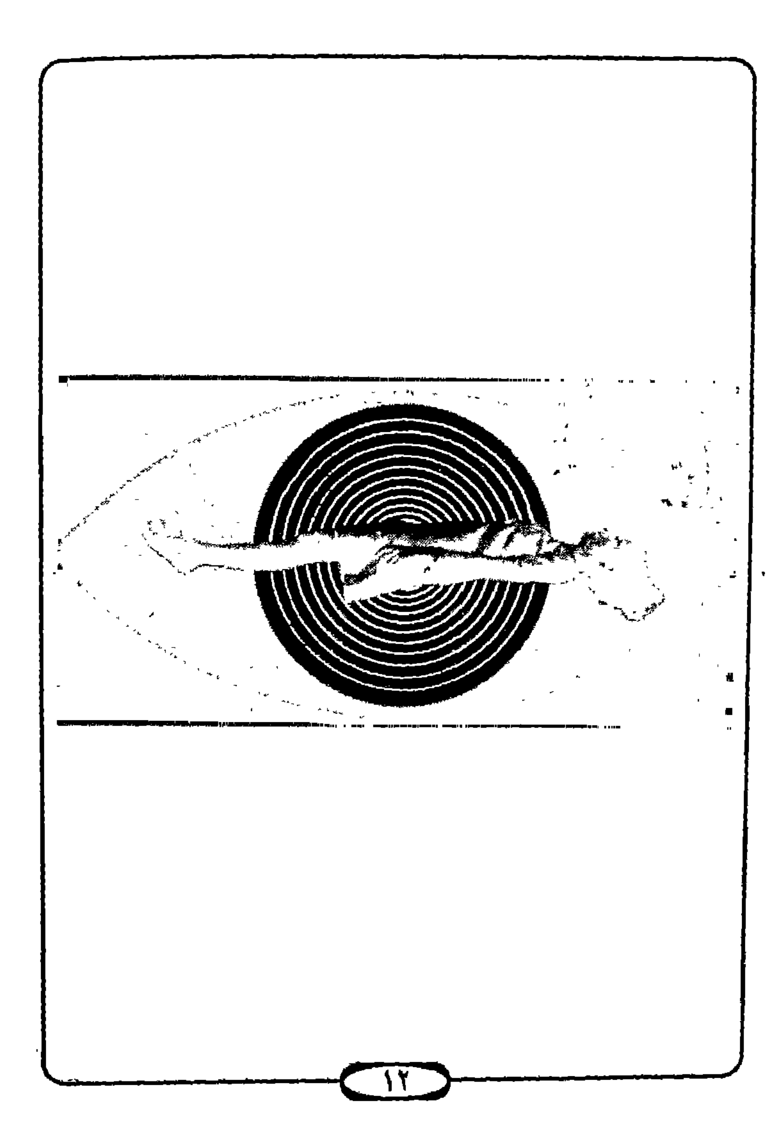
الموضـــــــــــوع	الصفحة

مقـــــدمة

هدف هذا الكتاب عزيزى القارئ هو تبسيط وتوضيح هذا العلم الغامض . لندرة الكتابة فيه بالعربية ، وجعله فى متناول يدك بطريقة علمية وعملية ميسرة .

فيه تجد أهم الأسس والمبادئ لعلم التنويم المغناطيسى .

نبيل غالى



لمحـة تاريخية

فى النصف الأخير من القرن الثامن عشر اكتشف القس الفرنسى Lenoble طريقة لعلاج بعض الأمراض وذلك بتدليك الأجزاء المصابة بقطعة معدنية ممغنطة . وتم بذلك شفاء العديد من الأمراض .

وأعقبه مسمر Franz Mesmer وهو طبيب ألمانى الأصل ولد فى IZHANG على ضفاف بحيرة Constance (١٧٣٤-١٨١٥) - والذى استبدل المعدن المغناطيسى بأصابعه التى كان يمر بها فوق مواضع الألم . وأسس نظرية المغناطيسية الحيوانية المسماة المسميرية . وكان قد درس فى الجامعات علوم اللاهوت والفلسفة والطب . وتعرف عن طريق أحد الرهبان على طريقة العلاج بالمغناطيس ومارسها جماعياً بنجاح بمصاحبة آلة موسيقية ولاحظ أثناءها أنهم يغلب عليهم النوم - وأرجع ذلك إلى انتقال قوة مغناطيسية من جسمه إليهم عن طريق

أصابعه . . وهذا خطأ علمي . . لكنه أدى إلى اكتشاف حقائق علمية أساسية لعلم « التنويم المغناطيسى » وقد يكون مسمر أول من وضع هذه التسمية الخاطئة والتى مازالت شائعةحتى الآن . وتبعه الطبيب الإنجليزى Braid وتبعه العالم Charcot فى مصحة الـ Sâlpêtrière وعلاج الهستريا .

ثم تبعهم الطبيب Liébault والأستاذ Bernheim فى دراسة علمية للتنويم وتعرف أبحاثهم بمدرسة Nancy التى تؤكد أن « كل فكرة تكون قوة تسعى لإحداث تأثير فى الجسم أو النفس» .



التنويم التجريبى

بلا أى تدريب خاص ، يمكنك الحصول على جميع مراحل التنويم ما دمت وفقت فى اختيار أشخاص التجربة ممن لديهم حساسية طبيعية للتأثر . وإن أردت إحداث هذه الظواهر بطريقة أسهل وأسرع فمن الأفضل واللازم ممارسة بعض التدريبات اليومية لتطوير بعض عناصر التأثير . وفى هذا المجال يلزمنا التركيز على نقطتين :

١ - تدريب المنوِّم .

٢ - اختيار الوسيط .

(المنوِّم)

تنطبق هذه التسمية على الرجال والنساء ، الشباب والشابات . فيمكن للجميع استخدام التنويم بتطبيقاته المتعددة . وهذا لا يتطلب أية مواهب فائقة للطبيعة .. لكن يتطلب تطويع قوى طبيعية كامنة يجهلها الكثيرون ولكن يمتلكها الكل .

***

تدريب المنوم

عناصر التأثير المغناطيسى- طريقة عملها والتدريب عليها .

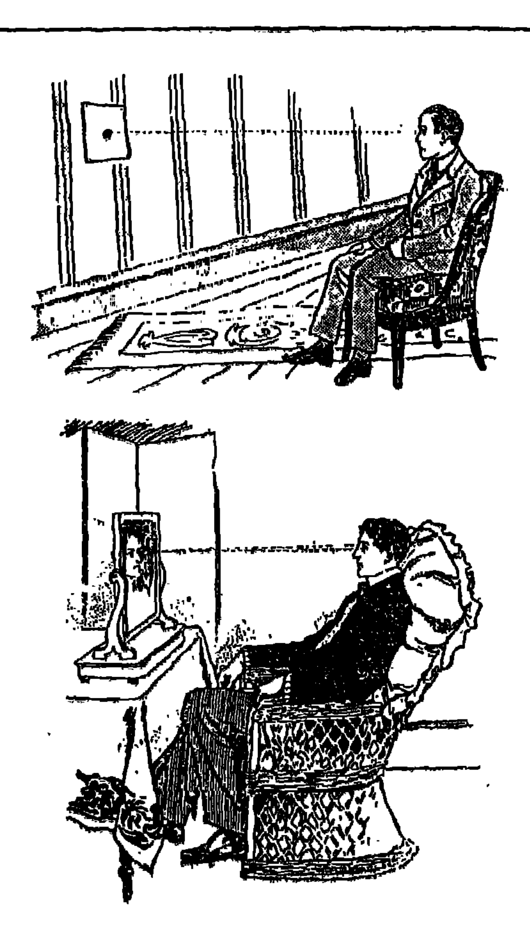
هناك أربعة عناصر هامة فى التأثير المغناطيسى يجب التدريب عليها جيداً .

١ - النظر .　　　　٢ - الكلمة .

٣ - الحركة .　　　　٤ - الفكر .

للتغلب على مقاومة الأشخاص ذوى المقاومة للتنويم . ولتنويع التدريب وللإسراع بنجاح التجارب بلا تعب . نلجأ فى بعض الأحيان إلى أجهزة خاصة أو آلات ميكانيكية - هذه العناصر الخاصة بالتأثير المغناطيسى يمكن اللجوء إلى استخدامها منفردة أو مجتمعة بطرق مختلفة تبعًا للحالة .

١ - **النظر** : عندما نحدق النظر فى عيون الشخص القابل للتنويم بسهولة وعندما نطيل النظر ينتهى بنا الأمر إلى شل إرادة هذا الشخص . . نحدث لديه حالة خاصة تعرف باسم (الإفتتان) . . فى هذه الحالة ندفع « الوسيط » إلى تصديق كل ما نقوله له وتنفيذ الأوامر الصادرة له .



التدريب على تثبيت النظر على نقطة فى ورقة معلقة على الحائط
أو فى المرآة بين العينان أعلى الأنف

نصل إلى هذه الحالة بطريقة أسهل إذا تفرس المنوِّم محدقًا بين العينان أعلى الأنف . ولكى يحدث النظر أقوى تأثير له يجب ألا يرمش للمنوَّم جفن أو يغمز بالعين أثناء التحديق . ويجب كذلك على المنوَّم أن يحتفظ بعيناه مفتوحتان دون تحويل النظر ولو للحظة عن نقطة التركيز . وكى نصل إلى هذه المرحلة، يكفى أن نتدرب لمدة حوالى ربع ساعة يوميًا على تثبيت النظر إلى نقطة معينة دون غمز أو تحويل للنظر عن هذه النقطة . أما إذا أصاب عيننا الحرقان أو امتلأت بالدموع فيمكننا فى لمح البصر إغلاق وفتح العينان ونستكمل التدريب .

ومع تكرار هذا التدريب يصبح من السهل علينا إبقاء العينان مفتوحتان . وتقل بعد ذلك حاجتنا تدريجيًا إلى إغلاق العينين . أما الفقير الهندى فكان ينظر إلى كرة كريستال أو زجاج ليصل إلى تثبيت النظر المتواصل دون أن يرمش له جفن . وهذه الوسيلة ناجحة جدًا . ويمكننا التدرب على هذا التمرين فى حياتنا اليومية العادية بتركيز البصر أعلا أنف

الشخص الذى نخاطبه . وكان القدماء يعرفون هذه الخاصية التي للنظر بالخبرة والتجربة . ونجد فى الحيوانات مثالاً حيًا على قوة النظرة كما فى حالة الثعبان وفرائسه من الطيور . كذلك قدرة بعض الجوارح على السيطرة بالنظر على فرائسها حتى لو كانت من الحيوانات المتوحشة فتستسلم خاضعة طائعة مختارة .

٢ - **الكلمة** : عن طريق الكلام يمكن للمنوِّم أن يتسلل إلى عقل الوسيط ويزرع فيه الفكرة المطلوبة وتمثل الكلمة العُنصر العملى القوى للإيحاء والإيحاء هو فرض فكرة ما على شخص سواء بالكلمة أو بالكتابة أو بالحركة أو بأحد الحواس ويمكن أن تكون فكرة حركية أو حسية أو عمل يطلب تنفيذه - وسنوضح أولاً الفكرة المفروضة من المنوِّم على الوسيط بالكلام فقط (وهو الإيحاء الشفاهى) ويمكنناعتبار أية فكرة تُعرض على أى شخص هى نوع من الإيحاء . ولكن الشخص فى حالته الطبيعية من اليقظة يمكنه أن يختار بكامل حريته الأفكار التى توافقه ويرفض ما لا يوافقه . وعلى ذلك يمكننا أن نسمى

الإيحاء فى الحالة الأخيرة ايحاء بسيط ، أما الخصائص المميزة للإيحاء المغناطيسى فهى عدم قدرة الوسيط أو الشخص الذى تم تنويمه على مقاومة الفكرة مقاومة ذات فعاليه واضطراره مجبراً على قبولها والخضوع لها أيضًا .

والتكرار والإلحاح فى الإيحاء الشفاهي هو قوة حقيقية في التنويم المغناطيسى . فإن عَرْضْ المنوِّم للفكرة أمام الوسيط عدة مرات . لها من النتائج ليس فقط اعتناق الفكرة ولكن تنفيذها أيضًا إذاكان للمنوِّم مطلق السلطان على إرادة الوسيط هذا السلطان يتأتى سواء بالنظر كما بيننا سابقًا أو بالحركة أو بالفكر كما سنبين فيما بعد .

وسلطان الكلمة يمكن أن ننميه عن طريق استخدام عنصرين :

(أ) إختيار الكلمات .

(ب) طريقة الكلام .

فى الأولى يكفى أن نختار من الكلمات ما يناسب ذكاء وثقافة الوسيط بحيث يفهمها جيداً . أما طريقة الكلام فيهمنا

أن نعـبر عـن الفكرة بصـوت ملؤه الثقـة والإقناع والأمـان . وهكذا تكون الفكرة التى نريدها قاطعة ويقتنع الوسيط ويطاع المنوِّم وفن الإيحاء يكتسب بالخبرة والمران . يمكنك أن تتدرب على الإيحاء لمدة ربع ساعة يوميًا . بتكرار بعض أمثلة الإيحاء المقترحة فى هذا الكتاب بصوت مرتفع ووتيرة واثقة . أثناء هذا التدريب حاول أن تجعل عيناك مفتوحتان على اتساعهما دون أن يرمش لك جفن مفترضًا وجود وسيط أمامك وأنك نجحت فى إحداث الإيحاء المطلوب .

وهكذا تحصل على قدرة حقيقيةوتعد نفسك للنجاح فى محاولات التنويم العملى .

٣ - **الحركة** : على غرار الحرارة المشعة من الجسم الإنسانى تشع قوة أخرى هى القوة المغناطيسية وهو قوة أنكر وجودها بعض العلماءوأيّد وجودها الكثير من العلماء . وهى تشع من اليدين اللتين يمكن مقارنتهما بقطبى المغناطيس الذى يحدث جاذبية وتنافر للأشخاص الخاضعين للإختبار وعن طريق (إمرار) اليد فى اتجاه معين أو وضع اليد فوق رأس

الوسيط . تحدث لديه حالة خاصة وظواهر خاصة لاتتأتى بتثبيت النظر ولا بالإيحاء الشفاهى . والأشخاص من الجنسين الذين لديهم هذه الخاصية المؤثرة فى التنويم يمكنهم تنميتها بالمران على العديد من الأشخاص لتعطى نتائج إيجابية سريعة .

نتائج المغناطيسية

إذا وضعنا راحتى الكفين على عظمتى اللوح فى ظهر الوسيط وتركناهما متلامسين معهما لمدة دقيقتين أو ثلاثة ، فإن الوسيط ذو الحساسية يشعر بحرارة تسرى فى جسده وثقلاً فى رأسه . وإن كان عالى الحساسية تثقل أجفانه ويداعبه النعاس . والكثيرون يشعرون بقشعريرة وشد عضلى فى الساقين وإحساس بالبرودة واهتزازات عصبية ورجفة فى العضلات شبيهة بالمس الكهربائى . وعندما نسحب اليدين للخلف أفقيًا ببطء ينسحب الوسيط للخلف متقهقراً متابعًا يد المنوِّم ولايستطيع أن يكف عن ذلك إن كان من ذوى الحساسية العالية . يمكن بعد ذلك تكرار التجربة بوضع اليدين على بعد

١٠ سنتيمتر أو ١٥ أو ٣٠ سم وسيشعر الوسيط بالإنجذاب للخلف ويمكن أيضًا أن يتم ذلك على بعد أكثر من ذلك وقليل من الوسطاء سيشعرون بهذا التأثير من وراء الحواجز كالأبواب أو الحوائط . وكبداية حاول إجراء هذه التجارب على أطفال لأن التأثير عليهم سريع وحساسيتهم عالية . ومع تكرار تلك المحاولات ستتضاعف قدرتك ويمكنك التأثير بعد ذلك على من هم أقل تأثرًا . وستصل فى فترة زمنية وجيزة إلى إحداث التأثير المطلوب على غالبية الأشخاص الذين تختبرهم .

يمكنك أن تقتنع ببساطة وواقعية وحقيقة المغناطيسية إذا طلبت من صديق لك أن يضع راحتى يديه عى عظمتى اللوح فى ظهرك فى وضع الوقوف ويكون جسمك مرتخيًا . ستشعر بهذه القوة تجذبك للخلف حال سحب يديه وبالطبع يمكنك أن تتماسك وتتقوى لكنها تجذبك رغما عنك لو كنت من النوع عالى الحساسية وتفشل محاولة مقاومتها .



اختبار السقوط للخلف

كيف تنمي عنصر المغناطيسية

بإجراء التجربة السابقة على عدد كبير من الأشخاص وبالذات الأطفال بنات أو أولاد . تجربة الجذب للخلف تساعد على اكتساب مغناطيسية قوية .

تمرير اليدين

فى كل التجارب ينصح باستعمال التمرير - للحصول على التأثير يكون التمرير من أعلا إلى أسفل ، ولمحو التأثير يكون التمرير من أسفل إلى أعلا أما التمرير المتلامس فيتم بملامسة يد المنوم للوسيط و، إن كان التمرير من بعد ١-٥ سنتيمتر يسمى تمرير عن بعد .

٤ - **الفكر** : ثبت علميًا أنه يمكن الإيحاء الذهنى بالأفكار عن بعد (التليباثى)، هذا وارد أيضًا فى علم التنويم المغناطيسى - يكفى أن يملى المنوِّم إراديًا بدون كلام الفكرة على الوسيط . ويتم ذلك بتركيز المنوم المستمر على الفكرة بل وحتى على الحركة ذهنيًا وإراديًا .

وكمثال عملى كما بيننا سابقًا . إذا وضعت راحتى الكف على ظهر الوسيط على عظمتى اللوح لكى تتعرف على نوعية الشخص وإن كان قابلاً للتأثر من عدمه فعند سحب يديك للخلف فكر بتركيز شديد أنه سيتبع يدك - اسحب يديك للخلف كأنهما ملتصقتان به وافعل هكذا فى جميع التجارب .

والتركيز الذهنى هو أيضًا الأساس للتنويم الذاتى الذى يسمح للشخص ذاته الإستفادة من الإيحاء المغناطيسى . بالتركيز على فكرة معينة ثابتة . يمكننا بالتدريب التالى أن نتوصل إلى ذلك . نوحى إلى أنفسنا « أنا بصحة جيدة » مثلاً . درب نفسك بتكرار ألفاظ هذه الفكرة ذهنيًا بتركيز شديد لمدة دقيقتين كبداية . ثم تزاد إلى ربع ساعة ثم إلى نصف ساعة . ومع الإصرار يوميًا على هذا التدريب ستصل حتمًا إلى درجة التركيز المطلوبة دون أى مجهود . من الأفضل أن تتدرب على هذا التركيز وعيناك مغمضتان مرة وأخرى وعيناك مفتوحتان على اتساعهما دون أن ترمش . هذه الفكرة اخترناها كمثال . ولكن يمكنك أن تتدرب على أى فكرة أخرى . كما أثبتت

التجارب أن الأفكار لها تأثير شديد على الجسم الإنسانى فبالتركيز على هذه الفكرة يمكنك الإستفادة عمليًا أما الأشخاص قليلى التركيز وذوى الفكر المشتت فيمكنهم تكرار كلمات هذه الفكرة بصوت مرتفع فى موضوع الإيحاء الذاتى لمنع تجوال الأفكار أو تشتتها في مواضيع أخرى . ثم يتدربون بصوت منخفض حتى الوصول إلى التركيز الذهنى بدون كلام .



إمرار اليدين من أعلى إلى أسفل

ملخص موجـــز

يمكن أن يبدو تدريب المنوِّم شيئًا صعبًا ومعقدًا . فى الواقع هوسهل جدًا سنلخصه فى الآتى :

١ - النظــر : لمدة ربع ساعة يوميا ، ثبت النظر إلى نقطة معينة مع محاولة عدم الرمش .

٢ - الكلمــة : لمدة ربع ساعة يوميًا ؟درب نفسك على إعطاء إيحاءات بالحديث على وتيرة مليئة بالقدرة على الإقناع مع افتراض أن أمامك شخص يجب أن يطيع أوامرك .

٣ - الحركة : حاول أن تجرب مع أشخاص كثيرين محاولة الجذب للخلف بوضع يديك على عظمتى اللوح أولاً بالتلامس . ثانيًا على بعد . إن لم تستطع إجراء التجربة على أشخاص يمكن إجراؤها على ورقة عريضة معلقة بخيط على الحائط أو على نفسك فى المرآة .

٤ - الفكر: لمدة ربع ساعة يوميًا ركز كل فكرك وانتباهك على فكرة واحدة محددة .

اختيار الوسيط

نعني بتسمية « وسيط » الأشخاص الذين لديهم تأثر بالتنويم والإيحاء مهما كان سنهم أو جنسهم أو شخصيتهم ومزاجهم . وفى الحالات التى تبدى مقاومة يكفى تكرار المحاولات أو اللجوء إلى وسائل أخرى سنشرحها فيما بعد . ومن الجدير بالملاحظة أنه في زمن محدد لا يتساوى جميع الوسطاء فى سرعة التأثر بالوسائل العادية . والبعض منهم يبدو مستعصيًا للوهلة الأولى . وبعضهم لا يبدو منهم أية مقاومة والبعض يصل سريعًا إلى مرحلة النوم العميق جدًا . وهؤلاء هم الذين يجب على المبتدىء فى التنويم إجراء محاولاته عليهم وإذا قام بالعديد من المحاولات الناجحة على مثل هؤلاء الأشخاص يصبح شخصية منوِّمة فعَّالة ، ويمكنه بعد ذلك التأثير على ذوى المقاومة أيضًا . ومن المهم للمبتدىء جدًا أن يجرى محاولاته على الوسطاء سريعى التأثر . واختيار السن والنوع له أهمية كبرى . فكل الأطفال من سن الإدراك يمكن تنويهمم بسهولة من ٨ – ١٥ سنة يليهم من ١٥ – ٣٠ يرتفع العدد قليلاً . ما يلى ذلك السن تقل لديهم القابلية لكن

يزداد بعد سن الستين - وتزداد القابلية لدى الفتيات والسيدات عنهم فى الرجال .

كيفية التعرف على الأشخاص سريعى التأثر

١ - بالملاحظة : ذوى الميل الطبيعى للنوم - من يحلمون بصوت مرتفع ولديهم اضطرابات أثناء النوم دون أن يستيقظوا لديهم قابلية كبيرة للتأثر المغناطيسى - من يعرقون كثيراً - من يرمشون بالجفون - المصابون بالحول - المصابون برعشة أو رجفة - العصبيون - المصابون بالأنيميا - والأشخاص الذين يحولون أنظارهم إلى جهة أخرى حينما نحدق فى أعينهم والأشخاص الخجولين وسريعى التأثر والاضطراب هم عناصر ممتازة فى التجربة - لاحظ قدماء المنومون منذ زمن طويل أو ذوى الحساسية الخاصة يفضلون اللون الأزرق ولهم نفور من اللون الأصفر . يشعرون أنهم على راحتهم لو اتجهوا بوجوههم نحو الشمال أو الغرب وأنهم لا يستطيعون النوم على الجهة اليسرى ويتضايقون من الزحام . ويجتاحهم شعور

بالحزن الدفين إذا سمعوا صوت رنين الأجراس . هذه ملاحظات سليمة لكن غير موضوعية من الناحية العملية .

فيما يلى وسيلة أكثر إيجابية لأنها تبين بطريقة قاطعة درجة تأثر الأشخاص الخاضعين للتجريب .

٢ - **بالتأثير المغناطيسى** : أحد أفضل الوسائل وأنجحها هى وضع راحتى الكفين على عظمتى لوح الكتف . فجميع الأشخاص الذين يشعرون بنوع من الحرارة وثقل فى الرأس وينجذبون للخلف حينما يبعد المنوِّم يديه هم أشخاص تنجح معهم تجربة التنويم بلا جدال . ويضيف أحد أساتذة التنويم طريقة أخرى هى : « دع الشخص المطلوب فحصه واقفًا مضموم القدمين ويداه بجانبه ناظرًا إلى الأفق . فى هذا الوضع يصعب عليه أن يكون له رد فعل مقاوم ، لا تقل له ماسوف يحدث لعدم إحداث أى إيحاء ولئلا يحدث هو التأثير الذى تطلبه . دلك له الكتفين لدقيقة أو اثنين ثم ابعد يدك عن مكان التدليك لمسافة ٢ سنتيمتر أو ثلاثة . ثم اسحب يداك نحوك أو ادفعها للأمام دون أن تلمس الشخص . إذا تبع حركة يديك واتجه إلى الأمام أو للخلف فهذه علامة على إمكان تنويمه .

٣ - بالإيحاء والتأثير المغناطيسي : لتمييز الأشخاص القابلين للتنويم ، يمزج أحد أساتذة التنويم بين الإيحاء والتأثير المغناطيسى فيقول : « أختار أنا شخصًا شاحبًا ، عصبيًا ، ذو نظرة فيها حماس وأقول له : « أننى أملك فى تكوينى قوة كهربائية تسمح لي بكهربة الأشخاص ذوى البنية الضعيفة ولأثبت لك ذلك أجعله يمسك بكلتا يديه أصبعين من يدى اليمنى وبعد بضع دقائق أسأله إن كان يشعر بشيء ما . فإن كان من ذوى القابلية للتنويم سيقول أنه يشعر بتنميل وتخدير للذراعين والجذع . فأسارع بالقول : إضغط على يدى أكثر فأكثر - والآن لا يمكنك أن تترك يدى ! . وإذا قبضت بيدى اليسرى عل ساعده ازداد انقباضه العضلى ولا يستطيع أن يفك يديه حتى إذا أمرته . حينئذ أجرى نفخة هواء مع تأكيدى له أن يديه حرة فتذهب عنه فوراً الانقباضة العضلية - هذه التجربة تعطينى الدليل الأكيد أن هذا الشخص قابل للتنويم .



الانجذاب للأمام

٤ - **بالتحديق فى شىء لامع لمدة طويلة** : أوصى الشخص المراد اختباره بالتركيز بنظرة على شىء لامع يبعد عن عيناه من ١٠ - ٢٠ سم - فإن رأى مرور شبه سحابة فى هذه الفترة ودمعت عيناه وارتخت جفونه ، دل ذلك على إمكانية تنويمه من أول جلسة وهذا مؤكد . والأشخاص الحساسين جداً ينامون بمجرد النظر للأشياء اللامعة .

٥ - **بارتخاء الجهاز العصبى** : أطلب من الشخص المطلوب اختباره أن يرخى عضلات يديه وذراعيه ويضع يديه مرتخيتان فوق قبضتى يديك ، فإن سحبت يديك فجأة ووجدت أن يديه تماسكتا فى الهواء فإنه صعب التنويم وإن سقطتا فهو سهل التنويم .

٦ - **باستخدام المغناطيس** : أثبت العلم الحديث تأثر بعض الأشخاص بالمغناطيس أو ببعض عناصر المواد الأخرى . أثبتت التجارب أن الأشخاص الذين يتأثرون بالمغناطيس قابلين للتنويم . فإن وضعنا مغناطيس قوى على هيئة خلخال حول معصم الشخص وأحدث لديه بعد فترة وجيزة نوع من الحرارة وتنميل فى الأصابع وتخدير فى الذراع بطىء يزداد شيئًا فشيئًا . فإن التنويم ينجح معهم . بل أن حالة النوم يمكن أن تأتيهم بهذه التجربة فقط هو وبعض أفراد عائلته .

التنويم المغناطيسى العملى
التأثير فى حالة اليقظة

ليس النوم هو المظهر الوحيد للتنويم المغناطيسى ، فيمكن للشخص فى حالة اليقظة أن يتأثر أيضًا مغناطيسيًا دون أن ينام ، وهذه التجارب المثيرة السابقة تعدنا للتنويم العميق . ولها من الفوائد نزع الخوف من نفس الوسيط تجاه التنويم . وهذه المحاولات البسيطة تعد نفس الوسيط إلى محاولات أكثر صعوبة . وإن تتبعنا الطرق السابقة بالترتيب واحدة فواحدة ضاعفنا من فرص نجاحنا . فليس هناك أشخاص مستعصيين على التنويم . فقد أثبتت التجارب أنها مسألة تدريب جيد وبعض الوقت للوصول إلى درجة عالية من القدرة على التنويم . ولكن للمبتدىء أن يختار أشخاص سريعى التأثر لتنجح تجربته .



اختبار الإنجذاب للخلف لاكتشاف القابلية للتنويم

الحركة فى التنويم المغناطيسى

السقوط للخلف

أطلب من الشخص المتطوع للتجربة أن يقف منتصبًا مغمضًا عيناه ، قدماه مضمومتان ويداه إلى جانبيه . أوصه ألا يتصلب وأن يرخى جسمه وأن لايقاوم إذا شعر أنه ينجذب إلى الخلف واجعله يثق أنه لن يضار وأنك ستسارع بمساندته لئلا يسقط . ولتتأكد من اكتمال هذه الشروط ضع يدك على كتفه واسحبه بطريقة خفيفة للخلف . فإن كان مرتخيًا تحرك معك وإذا قاوم فهو متصلب القامة .

كمبتدىء فى التجارب اختار شخص ليست لديه مقاومة وقف خلفه واضعًا راحتى يديك على عظمتى اللوح لمدة دقيقة قائلاً : « عندما سأسحب يدى ستشعر بقوة ستجذبك للخلف . كن مصرًا على هذا الإيحاء وكرره دائمًا فى ذهنك راغبًا من كل قوتك أن ينجذب هذا الشخص بيديك اسحب يديك ببطء وعندما تشعر أن الشخص يتبع حركة يديك ، قل بصوت إيجابى : « أنت تقع . . أنت تقع . . » واسنده لئلا يسقط .

ملاحظة هامة

الكثير من الأشخاص لديهم تحفظات ضد التنويم سواء لجهلهم به أو لمعرفتهم به معرفة سطحية . ولذلك فللعثور على شخص قابل لإجراء التجربة يحسن عدم الحديث عن التنويم ويمكن أن تقول مثلاً : أن كتاباً حديثاً علمك أن الجسم الإنسانى وبالذات اليدين تشعان نوع من القوة تحدث جاذبية لأى شخص يقف فى حالة إرتخاء . بهذه الطريقة لن نجد صعوبة فى العثور على أشخاص للتجربة . بهذا تمحو الخوف المبهم من نفسية الشخص من كلمة « تنويم » بل وستجعل كل الموجودين يتطوعون لأداء التجربة للتعرف على هذه الظاهرة الجديدة عليهم . بهذه الوسائل الأولية ستتطور مهارتك وستجعل مغناطيسيتك الشخصية أكثر فعالية ويلى ذلك تأكدك من نجاحك فى مجال التنويم

السقوط للخلف

بعد ذلك قل للشخص أنه يمكنك اجتذابه عن بعد . قرب يديك من كتفيه دون لمسه على مسافة بضع سنتيمترات . واتركهما لمدة دقيقة . ثم اجذبهما ببطء قائلاً : « ستقع للخلف . . ستقع . . » ابدأ التجربة مع زيادة مسافة يديك عن عظمتي اللوح أكثر فأكثر . بعض الأشخاص يمكن أن ينجذبوا من بعد عدة أمتار .

السقوط للخلف بالإيحاء الشفهي

كل الأشخاص الذين تأثروا بالتجارب الأولى يمكن جذبهم للخلف بواسطة الكلمة فقط .

اجعل الشخص يقف كما في التجربة السابقة وقل له بصوت به نبرة إقناع وثقة : « سأعد حتى ثلاثة فتشعر أنك تنجذب للخلف . . واحد . . اثنين . . ثلاثة . . أنت تقع . . أنت تقع » .



الإنجـــذاب للخلف

السقوط للخلف بقوة التأثير

دع الشخص يقف بارتخاء ، منتصبًا ويداه بجانبه وقدماه مضمومتين وقل له : « فكر في أنك ستقع للخلف بمجرد أن أنظر إليك » وحدق النظر بين العينين أعلا الأنف قائلاً : « ستقع للخلف . . ستقع » .

أثناء هذه الإيحاءات تقدم نحوه كما لو كانت تخرج من عينيك قوة قادرة على دفعه للخلف كن مستعدًا للإمساك به لئلا يسقط .

السقوط للأمام بالإيحاء الشفهي وقوة التأثير

قف أمام الشخص ويداك على بعد بضع سنتيمترات من عظم الترقوة وقل له : « فكر في أنك تنجذب للأمام عندما أسحب يدى « ستجذبك للأمام » . انظر بتركيز بين العينان وقل بإيحاء : « أنت تنجذب للأمام . . ستقع للأمام » .

اسحب يديك للخلف ببطء مع التركيز على فكرة أن الشخص يجب أن يقع .

السقوط للأمام بالإيحاء وقوة التأثير

حدّق بين عينى الشخص قائلاً : « ستقع للأمام . مع الإلحاح على هذا الإيحاء ، ارجع للخلف كما لو كنت تريد أن تجذب الشخص بنظرك .

السقوط للأمام بالتأثير فقط

يمكن إجراء التجربة السابقة مع التنويع مع عدم النطق بأى كلمات إيحاء أثناء التحديق .

كيفية الإسقاط لليمين

قل للوسيط . . بمجرد أن أنظر إليك تشعر أنك تنجذب لليمين . اترك جسمك لينًا وفكر فى أنك ستقع .

انظر له بين العينين وقل : « ستقع إلى اليمين . . ستقع لليمين . . » مع تكرارك لهذا الإيحاء أمل جذعك إلى اليسار قليلاً (الذى هو يمين الواقف أمامك) رويدًا رويدًا جهة اليمين (التى هى يسار الوسيط) .

كيف تجبره على التقدم للأمام

قف أمام الوسيط وقل له بلهجة واثقة : « بمجرد أن أنظر إليك لن تفكر إلا فى تقدمك للأمام » . أنظر بين العينان قائلاً : « أنت تنجذب للأمام . . أنت تتقدم » مع تكرار هذا الإيحاء عد للخلف ببطء ولا ترفع عينيك عن منطقة بين العينان . فى هذه الحالة . . إن كان الوسيط خاضعًا للتأثير سيتبعك أينما ذهبت .

لكى ينقطع عنه تأثيرك انفخ فى عينه واضرب بكفيك مصفقًا قائلاً : « كل شىء على ما يرام . . أنت بخير » احذر جيدًا أن تتصرف هكذا مع كل الوسطاء لا تدعه ينصرف أبدًا إلا بعد محو أى تأثير .

إجبار الشخص على الرجوع للخلف

قل للوسيط مع تركيز نظرك بين عينيه أعلا الأنف فكر جيدًا أنك لاتستطيع أن تقف منتصبًا بمجرد أن أعد ثلاثة . كرر هذا الإيحاء وعد : واحد . . اثنين . . ثلاثة . ثم أضف : « لن تستطيع الوقوف والاحتفاظ بتوازنك . كرر هذا الإيحاء حتى الحصول على النتيجة المرجوة .

كيف تجعله يفتح فمه

« فكر جيدًا أن فمك سينفتح بمجرد أن أنظر إليك سيفتح قليلاً قليلاً . . أنظر بين العينين محدقًا وأضف : « فمك ينفتح . . هو ينفتح . . » كرر هذا الإيحاء حتى ينفتح فمه تمامًا .

كيف تمنعه من إغلاق فمه

« آمر الوسيط أن يفتح فمه وأن يفكر فى عجزه عن إغلاقه » . . أنظر بين عيناه قائلاً بلهجة إيجابية : « فكيك يتصلبان . . لا تستطيع إغلاق فمك . . كرر هذا الإيحاء مع اقترابك منه قائلاً بتأكيد : « مستحيل أن تغلق فمك . . حاول ولن تستطيع إن كان شخص خاضعًا للتأثير يستحيل إغلاق الفم » .

كيف تجعله يضم أصابعه

قل الإيحاء بملامسة أصابعه لبعضها ناظرًا إلى أعلا أنفه . . عندما تتلامس قل له باستحالة انفراجها : « أصابعك تتصلب . . لا تستطيع فتحها » . كرر هذا الإيحاء ، فمهما بذل من جهد فلن يستطيع إبعاد أصابعه .

كيف تجعله يفتح يده

أطلب من الوسيط أن يضم يده . قل له أن يفكر فى أن يده ستفتح أنظر بين عيناه وقل له بلهجة إيجابية : « يدك ستفتح . . هى تفتح » . كرر هذا الإيحاء حتى يحدث التأثير المطلوب ويفتح يديه على امتدادها .

كيف تجبر الوسيط على ترك شيء

اجعل الوسيط يمسك شيء (منديل مثلاً) أو بين السبابة والإبهام . بتركيز نظرك بين عيناه قل له : « عندما أعد حتى ثلاثة ستفتح يدك . . ستسقط من يديك المنديل» . قل بلهجة إيجابية : ١ . . ٢ . . ٣ . . يدك تنفتح . . هى تنفتح . كرر هذا الإيحاء . حتى يسقط الشيء من يده . عندما يكون الوسيط خاضعًا للتأثير يمكن أن يعيد التقاط الشيء ولا يمكنه الاحتفاظ به . . يداه تنفتحان رغمًا عنه .

كيف تمنع الشخص من ترك الشيء يسقط

اجعله يمسك عصا وقل له أنه لن يستطيع أن يتركها تسقط . انظر بين عيناه قائلاً : « اقبض على العصا جيداً . . اقبض أكثر . . يدك تتصلب لا يمكنك أن تتركها . كرر هذا الإيحاء ثم أضف مؤكداً . . حاول . . لن تستطيع ترك العصا . مهما كانت محاولاته لن يستطيع ترك العصا .

كيف تجعله يقرب يديه

اجعله يفتح يديه أفقيًا . قل له أن يديه ستتقاربان . بتحديق النظر أعلا الأنف بين العينان القى إليه بهذا الإيحاء « يداك تقتربان . . تقتربان » عندما تبدآن في التقارب استمر في إيحائك له حتى نجاح التجربة .
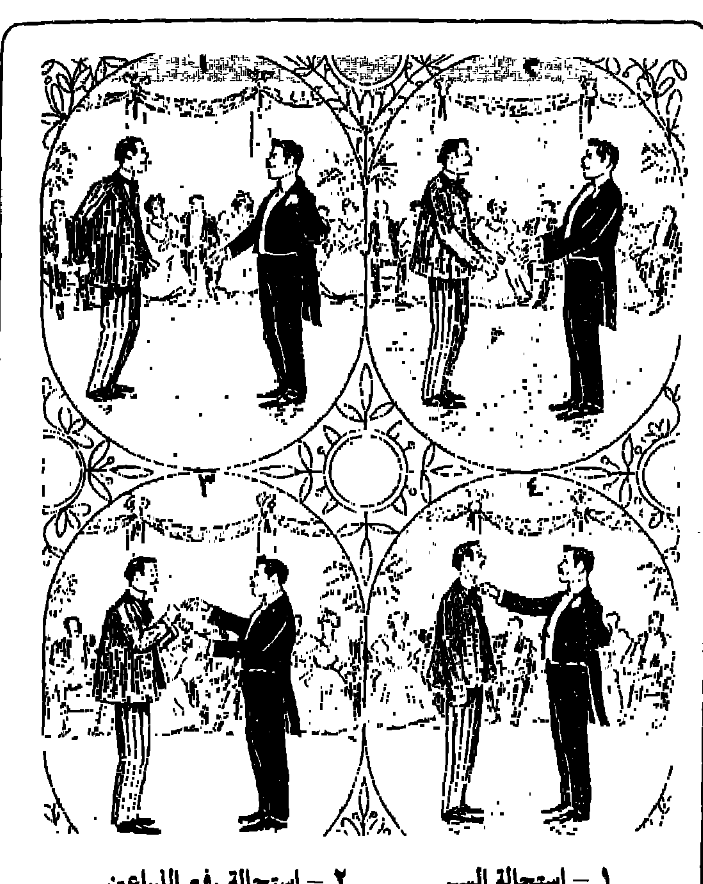
تباعد اليدان

عكس التجربة السابقة . قل للوسيط أن يلامس بين اليدين مفكرًا في أنهما سيتباعدان بتحديق النظر أعلا الأنف وبين العينان قل بإيحاء « يداك ستتباعد . . هي تتباعد » .

عندما تتباعدان قل له . . يداك لا يمكن أن تتلامس . . مهما حاول تقريب يديه لن يستطيع حتى تطرد عنه التأثير .

جعل الوسيط يصفق

قل للوسيط أن يفتح يداه متقابلتين وأن يفكر في التصفيق . انظر بين العينان وقل بإيحاء (يداك تتقاربان وتتباعدان . . ستصفق . . أنت تصفق) . كررهذا الإيحاء حتي تلاحظ بداية التصفيق . . أكمل الإيحاء بنبرة ثقة .



١ – استحالة السير .   ٢ – استحالة رفع الذراعين .

٣– استحالة إبعاد اليدين .   ٤ – فقدان النطق الكامل .

كيف تجعل الوسيط يدير ذراعيه

اجعل الوسيط يضم قبضة يده ويضع يده فوق اليد الأخرى دون تلامس . قل له : « عندما انظر لك ستتحرك يديك . انظر بين العينان وقل بإيحاء : ذراعاك تلتفان » . وهى تلتف عندما يكون الوسيط سريع التأثر ستدور الذراعان سريعًا ولن يكف عن الحركة دون أن تطرد عنه التأثير . إذا كان الوسيط بطىء التأثر امسك قبضتيه وأدرهما وقل : « عندما سأتركك ستستمر فى إدارة ذراعيك . . هى تدور . . . » ابعد يديك واستمر فى الإيحاء حتى الحصول على النتيجة .

منع الوسيط من فتح عينيه

قل للوسيط أن يغلق عيناه وأن يفكر فى عدم إمكانية فتحهما وقل بإيحاء : « جفونك ثقيلة . . وتزداد ثقلاً أكثر فأكثر . . أنت تغلق عيناك . . » كرر ذلك عدة مرات ثم قل بنبرة واثقة : « لن تستطيع أن تفتح عينيك . . حاول . . مستحيل» مهما كانت محاولاته لن يستطيع فتح عيناه .

كيف تجعل الوسيط يجلس

قل للوسـيط أن يقف أمـام كـرسى وقل له أن يفكر فى الجلوس . انظر بين عـيناه وقل : « أصـبح وزنك ثقـيل . . ركبتاك تنثنيان . . أنت تجلس » . كرر هذه الإيحاءات بإلحاح حتى تصل إلى النتيـجـة المطلوبة . إن أبطأت النتيـجة إوحى بحركة الجلوس أمامه كأنك تجلس دون أن تبعد عيناك عنه . مما يساعد على نجاح التجربة وكرر القول « أنت ثقيـل . . ثقيل جداً . . لن تستطيع الوقـوف » وهكذا سيعـجز عن مغـادرة الكرسى .

منعه من الجلوس

كـما فى التجربة السـابقة . . يقف الوسيط أمام كرسى قل له : « فكر فى عدم الجلوس وصلِّب ساقيك » تفرّس فيما بين العينين أعلا الأنف وقل بإيحـاء : سـاقيك تتصلبـان . . لا يمكنك ثنى الركبتين . . لاتستطيع الجلوس . . » . كرر هذا الإيحاء ثم أضف بلهجة مؤكدة « مستحيل أن تجلس . . حاول ولن تستطيع . . إن كـان الوسـيط تحت التأثيـر لن يسـتطيع الجلوس رغم كل محاولاته .

كيف تجبر الوسيط على الوقوف

دعـه يجلس واطلب منه أن ينظر فى عـينيك وأن يفكر فى النهوض واقفًا بلهجة مؤكدة : « لن تستطيع البقاء جالسًا . . أنت تقف » . كـرر هذه الإيحاءات وارفع يديك لأعـلا كـما لو كنت ترفعه . . سيضطر الوسيط للوقوف ولن يستطيع الجلوس إلا بعدأن ينتهى التأثير .

إيحاء الحركة وإيحاء المحاكاة

لكى تعطى فاعلية أكبر للإيحاء الشفاهى يمكن أن نضيف له الإيحاء الحركى وأحيانًا إيحاء المحاكاة أو المثل . لكى نعرف أية حركة تناسب الاستخدام يكفى أن نفترض أن الوسيط أصم وينبغى أن نتصـرف بالإشـارات والحركات أمامه لكى يفهم ما نريده منه . لنأخذ مثال السقوط للخلف مثلاً . ليس أمامك فى هذه الحالة إلا أن تمد قبضة يدك نحو الوسيط . أما فى حالة الإسقاط يميناً أو يسارًا يكفى أن تعمل إشارة بيدك جهة اليمين أو جهة اليسار فى جهة الإسقاط .

إيحاء المحاكاة أو إيحاء التقليد

يكفى أن نكرر أمام الوسيط الحركة الموحى بها . ففى حالات التنويم إذا تأخرت النتيجة المطلوبة فيمكننا الإسراع فى النجاح بالتجربة إن حاكينا أمام الوسيط الحركة التي نريد أن نفرض عليه تنفيذها . لنذكر كمثال « فتح الفم » بعد تكرار الإيحاء المطلوب ، افتح أنت نفسك فمك أمام الوسيط . فتكون النتيجة المؤكدة هى المحاكاة .

هذه أمثلة طفيفة عن إيحاء الحركة والمحاكاة .

منعه من ثنى الذراعين

قل للوسيط أن يمد ذراعيه أفقيًا وأن يجعلهما متصلبين وأن يفكر فى عدم إمكانية ثنيهما . خذ قبضته اليمنى فى يدك اليسرى ومرر يمناك نزولاً من أعلى الكتف حتى قبضة يده بالتلامس . بنفس الطريقة انظر بين العينان وقل بإيحاء « ذراعك يتصلب . . لن تستطيع ثنيه » كرر هذا الإيحاء ، ثم قل بنبرة واثقة وأنت تترك قبضة يد الوسيط « ذراعك متصلب يستحيل ثنيه . . حاول ذلك . . لن تستطيع» الوسيط الحساس

لن يستطيع ثنى ذراعيه مهما فعل من محاولات . لكى تحلّه من هذا التأثير أضف إلى إيحاءك بعض التمليسات والتمريرات الصاعدة من القبضة إلى الكتف .

كيف تجعل ساقيه متصلبتين

قل له أن يصلب ساقيه وأن يفكر فى عدم إمكانية ثنيهما حدجه بين عينيه وقل بإيحاء : « ساقيك تتصلبان » مع إصرارك على هذا الإيحاء دون أن تخفض بصرك إثنى جزعك ثم اجرى بعض التمريرات على ركبتى الوسيط من أعلا إلى أسفل ، ثم قل بعد ذلك بلهجة مؤكدة « ساقيك متصلبتين . . حاول ثنيهما » لن تستطيع حتى لو حاول السير لن يستطيع ارخاء عضلات الساقين .

كيف تجعله يعرج

اوحى إليه مع تحديقك بين العينين قائلاً « ركبتك اليمنى ستنثنى . . هى تنثنى . . » قل هذا الإيحاء بتكرار حتى تلاحظ انثناء الساقين : حينئذ قل بصوت مؤكد : امشى ، أنت تعرج . . أنت تعرج .

كيف يخفض ذراعيه

أطلب منه أن يجعل ذراعيه متقاطعتان وأن يفكر فى أنهما سينخفضان . . انظر بين عيناه متفرسًا قائلاً : « ذراعاك تثقلان هما ينخفضان » أثناء هذا الإيحاء اعمل بعض الإشارات عن بعد مما يساعد على نجاح التجربة .

منعه من رفع الذراعين

قف أمام الوسيط متفرسًا فيما بين عيناه أعلا الأنف قائلاً : « ذراعاك تثقلان . . لن تستطيع رفعهما بعد قليل . . » أثناء هذه الإيحاءات اعمل بعض التمريرات المتلامسة من أعلى إلى أسفل الذراعين . من الكتفين حتى القبضتين . وقل بعد ذلك بنبرة أكيدة : ذراعاك ثقيلتين . . لا يمكنك رفعهما . . حاول ذلك . . مستحيل .

إلزامه بوضع ذراعيه متقاطعتين

ليقف الوسيط أمامك . ذراعاه متدليتان بجانب جسمه وقل له موحيًا وأنت تنظر بين العينين متفرسًا : « ذراعاك ترتفعان . . هما ترتفعان . . » كرر هذا الإيحاء . حتى يتقاطعان . يمكنك أن تمنعه حينئذ من خفضهما موحيًا أنهما يتصلبان .

إلزامه بلصق راحة يده على منضدة

أطلب من الوسيط الذى تعرف عنه الحساسية أن يفرد راحة يده على منضدة - انظر متفرسًا بين عينيه وقل أثناء إمرار يدك ملامسة من أعلا لأسفل قائلاً : « يدك تتخدر . . تثقل . . لا يمكنك رفعها » . بعد تكرارك لهذا الإيحاء قل بلهجة مؤكدة : « لن تستطيع رفع يدك . . حاول ذلك . . لن تستطيع » . لن يستطيع ذلك مهما بذل من جهد .

إلزامه بلصق يده بيدك

يمكن استبدال المنضدة فى التجربة السابقة بيديك بنفس الإيحاءات السابقة مع بعض التمريرات بالملامسة من الكوع حتى أطراف الأصابع تساعد كثيرًا على سرعة نجاح التجربة .

إلصاق اليدين

عندما يلاحظ الوسيط عجزه عن سحب يده فى التجربة السابقة قارب بين يديه بسرعة واعمل بعض التمريرات من الأكتاف حتى القبضتين قائلاً : « يديك لا يمكن أن تتباعدا .

قل ذلك بإلحاح وتصميم مع تمرير يدك بالطريقة السابقة ثم أضف قائلاً بلهجة آمرة لا يمكنك فصل يديك . . حاول ولن تستطيع . مهما كانت محاولاته لن يستطيع فصل يده .

فصل اليدين
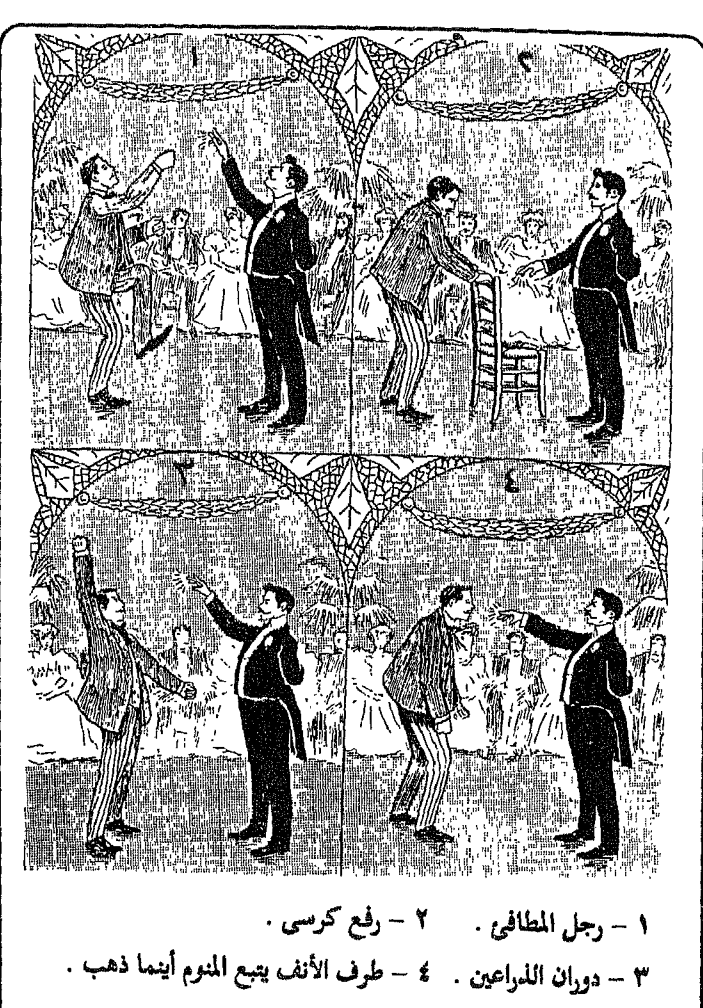
اختار وسيطًا ذات حساسية وقل له أن يفرد راحة يده على يدك وقل له أنه مجبر على سحبهما . وجه نظرك نحو أعلا الأنف بين العينين وقل له أن ينظر فى عينيك . . بعد بضع لحظات سيضطر لسحب يده .

منع اتصالهما بيديك

قل لنفس الشخص أن يديه أبعدتا بيديك . فلن يستطيع أن يلمسهما .

منعه من الاقتراب منك

لكى تلزمه بعدم الاقتراب انظر كالسابق وقل بإيحاء لاتستطيع الاقتراب منى يستحيل أن تقترب . قل ذلك بإصرار وأضف « حاول . . لن تستطيع الاقتراب » لن يستطيع أن يلمسك ويتقهقر إذا أنت تقدمت .



١ - رجل المطافئ .   ٢ - رفع كرسى .

٣ - دوران الذراعين . ٤ - طرف الأنف يتبع المنوم أينما ذهب .

إلزامه بمتابعتك

أطلب من الوسيط أن ينظر فى عينيك فى اتباعك . انظر بين عيناه وقل موحياً : « أنت تتبعنى . . فى كل مكان . . » قم بإجراء الإشارات التمريرية التالية . ضم يديك فوق رأسه لثوانى ثم افصلها وانزل على جانبى الرأس بجانب الأذنين ثم الكتف حتى الكوع . أكمل هذه التمريرات لمدة دقيقة ثم انسحب بعيداً ببطء قائلاً : « أنت تتبعنى . . أنت تتبعنى » دون أن تنظر له . فإذا كان من ذوى الحساسية المفرطة سيتبعك أينما تذهب . . حتى تخلصه من التأثير .

إلزامه بالاقتراب منك

حاول إجراء هذه التجربة على وسيط حساس كالتجربة السابقة فهى تشبه السابقة . قل بإيحاء وأنت تنظر بين عينيه : « سأمغنط كرسى يجعلك تنجذب وتجلس عليه » . قف خلف الكرسى على مسافة من الشخص واعمل بعض الحركات فوق هذا الكرسى وأنت تنظر إليه - مما سيجعله يضطرب - رغم إرادته سيذهب ليجلس على الكرسى .

إلزامه بالدوران حول منضدة

اجعله يقف بالقرب من منضدة . انظر بين عينيه وقل بصوت موحى : « أنت تنجذب للأمام . . أنت تسير . . أنت تدور حول المنضدة . حينما يبدأ فى التحرك قل له بصوت حيوى : « أنت تسير . . أنت تسير . . عندما يخضع للتأثير لن يستطيع التوقف قبل أن تسمح له بذلك .

منعه من التقدم للأمام

قل للوسيط أن يثبت قدميه بكل وزنه على الأرض وأن يفكر فى عدم إمكانية رفعهما بنفس طريقة التفرس والإيحاء قل له : « قدماك أصبحتا ثقيلتين . . لن يمكنك رفعهما . . صمم على هذا الإيحاء وأضف بتوكيد « لن تستطيع السير . . حاول . . مستحيل » .

إلزامه بتسليمك شىء ما

ضع فى جيبه ورقة ثم انظر بين عيناه وقل بطريقة موحية أنت تعطينى هذه الورقة . . اعطنى إياها . مد يدك طالبًا مع تكرار هذا الإيحاء . . حينئذ سيبدى بعض الاضطراب . . سيمد يده رغمًا عنه معطيًا إياك الورقة .

جعله يقبض على أصبعك ومنعه من تركه

قل للوسيط أن يمسك أصبعك السبابة وقل له بالطريقة المعهودة: « اقبض جيداً على الأصبع . . لا يمكنك فك يدك . كرر هذا الإيحاء وقل : « حاول لن تستطيع . . عندما يقع أسيراً للتأثير الإيحائي سيعجز عن فك يده - سيتبعك أينما أردت وكيفما شئت ».

تجارب مختلفة

بواسطة بعض الإيحاءات تستطيع أن تجعله يتثاءب تمنعه من فتح فمه ،تجعله كالأبكم لا يتكلم ، تجعله يتلعثم فى الكلام تمنعه من رفع أى شىء ، تجبره على السجود على ركبتيه - تجعله يرتجف ، تمنعه من الوقوف فى مكانه ، تجعله يضحك مقهقهاً ، تجعل وجهه يرسم علامات كوميدية - تجعله يغنى - ينطق الحروف الأبجدية . . يعد . . إلخ . . كل هذه التجارب وغيرها تنجح نجاحاً ساحقاً لو لاحظنا انجذاب الوسيط للخلف عندما نسحب راحتى الكفين للخلف بعد ملامسة عظمتى اللوح فى ظهره . وإن استطعنا تطوير إحساسه بالإيحاء كمافى التجارب التى سبق وبيناها . يمكنك أن تطلق العنان لخيالك فى ابتكار تجارب إيحائية أخرى وحركات أخرى وضدها .



التأثير على : ١ – الذوق .
٢ – حسةالسمع .
٣ – حاسة الشم .

الاضطرابات فى الحواس

يندرج تحت هذا العنوان جميع الإحساسات الخادعة للحواس الخمس .

حاسة التذوق

يمكنك أن تفرض جميع احتمالات التذوق على الوسيط مثل طعم الملح . انظر فيما بين عينى الوسيط وقل موحيًا : أنت تشعر بطعم الملح فى فمك . . ملح . مع تكرار الإيحاء سيكشر ملامحه كمن يشعر فعلاً بطعم الملح . حتى تخلصه من تأثير هذا الإيحاء .

- إلغاء حاسة الذوق : بالإيحاء يمكنك أن تجعل الوسيط لا يميز أى طعم لأى شىء .

- اضطراب الذوق : يمكننا أن نجبر الوسيط على الخلط بين طعم الأشياء . يمكن مثلاً أن يأكل حبة البطاطس على أنها تفاحة لذيذة . يأكل ملح على أنه سكر .

حاسة الشم

- إيحاء الروائح : يمكن الإيحاء بجميع الروائح الطيبة والغير طيبة . لنأخذ رائحة الورد مثلاً بالتفرس بين عيناه قل موحيًا . ستشتم رائحة الورد . رائحة الورد جميلة . كرر هذا الإيحاء حتى الوصول للتأثير المطلوب .

- إلغاء حاسة الشم : يمكنك إلغاء حاسة الشم لدى الأشخاص الحساسين للإيحاء وجعلهم مؤقتًا غير قادرين على تمييز الروائح .

- خلط الروائح: يمكن إجبار الوسيط بالإيحاء على الخلط بين الروائح .

تأثير الشم على الذوق

لاحظ علماء وظائف الأعضاء ارتباط حاستى الذوق والشم وتأثير الشم على الذوق . يمكن للمنوم الاستفادة من هذا التأثير بإلقاء الإيحاء للوسيط أنه يشم رائحة الشيء الذى يظن أنه يتذوقه .



التأثير على حاسة النظر

حاسة النظر

يصعب الحصول على هلاوس بصرية لدى الأشخاص المتيقظين أكثر صعوبة من حالة الشم والذوق . . تخيل مناظر طبيعية أو أشياء معينة أو جنيات البحر . . . إلخ . يمكننا الإيحاء بها . فما على المنوم إلا إطلاق العنان للخيال . وإليك أفضل وسيلة للتدرب للحصول على اضطرابات الرؤية . أوحى للوسيط برؤية اللون الأحمر مثلاً . . اختار أكثر الوسطاء حساسية . انظر فى منتصف جبهته مركزاً جل اهتمامك حول الانطباع الذى تريد إيحاؤه باذلاً مجهوداً فى التخيل لكى تحصل أنت نفسك على هذا التخيل قل بصوت إيحائى .

اغلق عيناك جيداً . . بعد لحظة ستشاهد اللون الأحمر أكثر فأكثر احمراراً . كرر هذا الإيحاء حتى الحصول على التأثير . بعد ذلك يمكنك الإيحاء بأشياء أكثر صعوبة . . شجرة - حديقة - غابة . . إلخ . ليس أمامك إلا إطلاق العنان لخيالك لتنويع التجارب الخاصة باضطرابات الرؤية بالإيحاء . .

بل حتى يمكنك إلغاء الرؤية وقتيًا . . وحتى خلط الصور بعضها ببعض تحت تأثير الإيحاء . يمكن للوسطاء الحساسين الإحساس بضوضاء تبدو لهم حقيقية وهى لا توجد في الواقع إلا فى خيالهم وليكن على سبيل المثال صوت طنين أو أزيز . انظر بين العينان وقل : « أنت تسمع طنين . . اصغ السمع . . طنين ». كرر هذا الإيحاء حتى الحصول على التأثير المطلوب. يمكن للمنوم أن يدع الوسيط يسمع أى صوت يمكن تخيله .

إلغاء حاسة السمع : يمكن إلغاء حاسة السمع وقتيًا حتى لا يمكن للوسيط سماع أكثر الأصوات حدة وارتفاعًا .

- خلط الأصوات : يمكن أن تجعل الوسيط يخلط بين الأصوات ولا يميز بينها .



التأثير على : ١ - حاسة النظـر .

٢ - حاسة اللمس .

حاسة اللمس

نضيف إليها جميع الأحاسيس الأخرى كالألم والجوع والعطش والتعب والحر والبرد والمجهود العضلي .. يمكننا الوصول إلي جميع هذه الإحساسات بسرعة مع ذوى الحساسية للتنويم المغناطيسي .

- انطباعات اللمس بالإيحاء : لنختار كمثال الإحساس الكاذب بالتهاب الجلد . نقول للوسيط أثناء النظر إلى ما بين عيناه : « ستشعر حالاً بالالتهاب في ذراعك الأيسر .. لن يمنعك من الرغبة في حكه بأظافرك » . كرر هذا الإيحاء حتي الوصول للتأثير .

- إلغاء الحس : كمثال نقول للوسيط « يدك اليمني لا تحس .. لا تشعر بأي شيء » كرر هذا الإيحاء واضغط بعدها علي يده اليمنى فلا تشعر بأى شيء . احضر دبوس وشكه به فلن يشعر .

- المبالغة فى حاسة اللمس : يمكن أن تجعل الوسيط يبالغ فى الإحساس بعكس الطريقة السابقة .

اضطراب الأفكار

ونعنى بها مجموعة الأضطرابات التى تؤثر على قدرات الشخص . فمثلاً عن طريق الإيحاء المغناطيسى يمكننا الوصول لحالة فقدان الذاكرة أو عودة الذاكرة وهكذا بالنسبة لبقية القدرات .

هناك وسطاء يسهل جداً أن تؤثر فيهم حتى بدون أن ينظروا إلى عينيك فبمجرد أن تلمس عظمى اللوح فى الظهر يغوصون فى التأثير ويكونون طوع يديك .

النوم المغناطيسى

يوجد طرق كثيرة جداً لتنويم الوسيط ترجع كلها إلى أصول ثلاثة هى :

١ - التركيز فى نقطة معينة (لامعة) أو عيون المنوم .

٢ - الإيحـــاء .

٣ - التمريرات .

سندرس معًا جميع الوسائل المعروفة للوصول للنوم المغناطيسى لنبدأها بطريقة تجمع بين ثلاثة عناصر النظر

بتفرس + الإيحاء + التمرير . وهى طريقة قوية جداً ولا تضر ومن حيث الأساس تكون التمريرات فى التنويم من أعلا إلى أسفل وللإيقاظ يكون العكس صحيح . من أسفل إلى أعلى . ولكى نرشد الدارس للطريقة السليمة ينبغى أن نثبت بعض أشكال التمرير . وهى غير مطلقة . فيمكننا ادخال التغييرات عليها . ولكن للتركيز ينبغى على الدارس أن يتبعها حرفيًا . وحين ينجح فيها يمكنه الانتقال إلى غيرها .

طريقة التنويم المزدوجة

حاول إجراء محاولتك الأولى على وسيط سريع التأثر . اجعله يجلس على كرسى مريح قائلاً له أن يفكر فى النوم جاعلاً إياه ينظر إلى كرة لامعة أو شىء مضىء . قل له بصوت هادىء وعلى نفس الوتيرة : « جفونك ثقيلة . . أنت تغمض . . كرر هذا الإيحاء عندما يغمض عيناه . ضع يديك على جانبى الرأس ، السبابتان عند منبت الشعر واجعلهما ينسابان ملامسين الحواجب وارجع بعدها دون تلامس على نفس الخطين حتى وضعهما الأول - نعمل ذلك لمدة ٣ أو ٤ دقائق قائلين . . رأسك ثقيلة . . ثم قف خلف الوسيط ثم مرر

يديك ببطء من وسط الجبهة حتى الصدغين مستمرًا فى الإيحاءدقيقتين أو ثلاثة . عد أمام الوسيط ثم اجرى التمريرات مع التلامس أو بدون من الرأس حتى الكتفين حتى أطراف الأصابع مع التكرار بصوت خفيض للإيحاءات التالية « نم . . نم بعمق » كرر الإيحاء حتى الوصول إلى حالة النوم .

إن لم ينم الوسيط خلال نصف ساعة . اقطع التجربة واستأنفها في اليوم التالى فى نفس الميعاد إن أمكن ، بعض الأشخاص يغمضون العينان تلقائيًا مع أول إيحاء فى بضع ثوان نومًا عميقًا . في هذه الحالة يمكن اختزال التمريرات ونخفض الزمن اللازم لكل حالة على حدة .

ملاحظة

محاولات التنويم تتم بأكثر سرعة إن كان الوسيط قد بذل قبلها مجهودًا عضليًا متعبًا . يمكننا قبل إجراء طرق التنويم السابقة أن نطلب من الوسيط أن يرفع ذراعيه متقاطعين لبضع دقائق مما يتعب أعصابها ويجعله يجنح للراحة وهى لحظة مهمة يستغلها المنوِّم لإجراء التنويم .

التنويم تحت تأثير الإيحاء الصوتى بعد أن نلاحظ انجذاب الوسيط للخلف بعد ملامسة راحتى يديك لعظمتى اللوح فى

ظهره . دعه يجلس وقل موحيًا بطريقة إيجابية . « اغمض عينيك . . فكر في النوم . . رأسك ثقيل . . نم . . نم » .

التنويم بالتأثير المستمر على السمع

التركيز من الوسيط على سماع شيء ما يمكن أن يوصله إلى حالة النوم المغناطيسى .

اجعل الوسيط يجلس . ضع ساعة علي جبهته . قل له اغمض عيناك وركز فى صوت دقات الساعة بكل إمكانياتك مفكرًا فى النوم .

بعض الوسطاء ينامون خلال دقائق معدودات بهذه الطريقة .

التنويم بالضغط على مواضع التنويم فى الجسم

موضع التنويم لدى بعض الأشخاص عند أول (عقلة) سلامية فى الأصابع قرب الظفر والآخرين عند المعصم أو الرسغ وآخرين أعلا الكوع . . فلو اكتشفنا عند أحد الأشخاص موضع التنويم . فالضغط البسيط عليه سيؤدى للنوم .

التنويم بالتأثير على حاسة الشم

دع الوسيط يجلس وقل بصوت هادىء بنفس الوتيرة عدة مرات « اغمض عيناك . . فكر فى النوم . . شم رائحة هذا العطر . . ستنام بعمق » . عندئذ دع رائحة بنزين أو مسك أو أى رائحة . . تقترب من أنفه – هذه الوسيلة تكون أكثر فعالية لو أوحينا للوسيط أنه يستنشق رائحة الكلوروفورم المخدر . عندئذ سينام بعمق شديد كما لو كان قد استنشق فعلاً كلوروفورم مخدر .

استبدال النوم الطبيعي بالنوم المغناطيسي

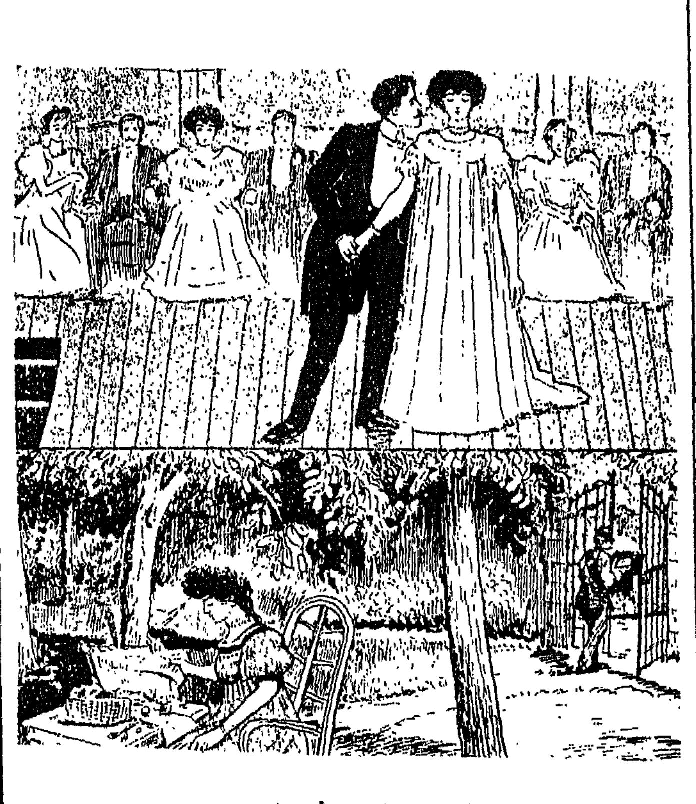
الأشخاص الذين يتكلمون أثناء النوم أو يضطربون أثناء النوم يمكن التأثير عليهم بسهولة بهذه الطريقة . اقترب بحذر من الشخص النائم واجرى بعض التمريرات البطيئة من أعلا الرأس حتى المعدة دون تلامس قريبًا جداً من الجسم .

بعد بضع دقائق ودون إبطال التمريرات أوحى إليه قائلاً بصوت منخفض : « نم . . لا تستيقظ . . نم بعمق » كرر

التمريرات وحينما تريد أن تتأكد من نومه مغناطيسيًا ارفع ببطء ذراع النائم وقل : ذراعك يتصلب . . ذراعك يتصلب . اترك ذراعه فإن احتفظ بوضعه متصلبًا فإنك حصلت على النوم المغناطيسي . عندئذ يمكنك طرح بعض الأسئلة وتلقى الإجابات . بعض ذوي الحساسية المفرطة للنوم يكفى وضع راحة اليد على الجبهة ملامسة أو على مسافة لكى تجعله ينام مغناطيسيًا بعمق . أو بتقريب شيء دافيء من جبهته .

طريقة أخرى

دع الوسيط يجلس مستريحًا . اغلق عيناه وقل له أن يفكر فى النوم وأبلغه أنك ستبدأ فى العد - ومع كل رقم يفتح عينيه ويغمضهما . عد ببطء « واحد . . اثنين . . ثلاثة . . إلخ » عند وصولك فى العدد عند رقم معين سيعجز عن فتح عيناه نلاحظ حركة الرموش ولكن الجفون لا تنفتح . استمر في العد وعندما تلاحظ النوم عميق إلى حد ما استخدم التمريرات النازلة لكى يصير النوم عميقًا إلى حد كبير .



التنويم بالتلغراف أو التليفون

طرق أخرى للتنويم الإيحائى بالصوت

يمكن إجراؤها بالتليفون - التسجيل - الكتابة . . بالإيحاء يمكن تنويع التجارب إلى ما لا نهاية .

التنويم عن بعد

بعض الوسطاء ينامون عن بعد بمجرد تفكير المنوِّم (إيحاء عقلى) اختار أكثر الوسطاء حساسية عن بعد . . ركز انتباهك على هذه الفكرة : « نم . . أنا بقربك . . نم . . » تخيل شكل الشخص أمامك راغبًا فى أن يطيعك فى النوم بكل قوتك . تخيل بالفكر أن تكون قريبًا منه . تخيل أنك تقوم بالتمريرات لكى يتضاعف التأثير الإيحائى ، يمكن أن تركز بالنظر فى كرة من الكريستال فى نفس الوقت كما لو كنت ترى الوسيط فيها .

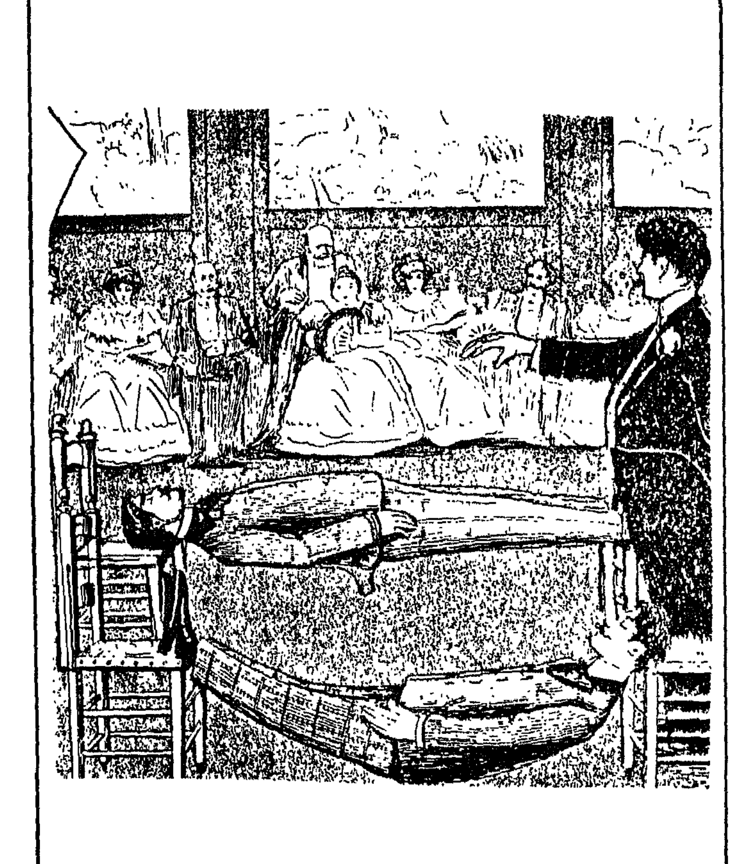


إيقـاظ النـائم

إبطال حالة النوم .. والاستيقاظ

قل للوسيط النائم مغناطيسيًا : « سأوقظك . . أنت ستجد أنك بحالة جيدة . . أنت تستيقظ بسهولة » بعد بضع لحظات كرر « استيقظ . . استيقظ » في نفس الوقت قم بإجراء التمريرات الصاعدة من القبضتين والذراعين والكتفين إلى جانبي الرأس . مع تكرار هذه التمريرات سيستيقظ . . إن لم يستيقظ انفخ هواء بارد على العينان والجبهة أو بتهوية مروحة يدوية على الوجه مع الاستمرار فى الإيحاء « استيقظ . . قم »

سيستيقظ الوسيط عمومًا بطريقة طبيعية . لو لم يستيقظ بالطريقة السابقة قل بلهجة آمرة « يجب أن تستيقظ . . لا تتأخر . . نومك لا فائدة منه . . ستستيقظ بعد العد إلى ٥ اضرب كفيك بعد العد قليلاً . . استيقظ . . اصحو . فى بعض الأحيان نستعمل الماء البارد بالرش على الوجه أو بتغطيس يد النائم فى الماء البارد أو بتصنع ضوضاء شديدة . وفى الغالب الأعم من الحالات لو نادينا الوسيط باسمه سيستيقظ .



حالة التصلب والتخشب

كيف نبطل التصلب

لنضع نهاية لهذه الحالة قم بإجراء تمريرات مع الملامسة بدءاً من الركبتين حتى الكتفين قائلاً :

« أعصابك ترتخى . . . التصلب يختفى » وقبل ايقاظه قل له « لن تشعربأى تعب أو ضيق » .

السبات و الاستغراق فى النوم

عبارةعن نوم عميق جداً والضمير فيها نائم والحواس ملغاة، والقدرات مختفية ، حالة موت ظاهرى . . يدق القلب ضعيفاً ويكون التنفس ضعيف

كيف نصل إلى هذه الحالة

بالطرق السابقة مع التمريرات النازلة والايحاء بالقول ثم نقول « نم بعمق . . بعد العد ٣ لن تسمعنى ولن تسمعنى إلا بعد وضع كفى فوق رأسك . . نم بعمق ١-٢-٣ يتحول الوسيط إلى كتلة لا حراك فيها ولا ذكاء ولا تفكير .

كيف ننهى هذه الحالة

ضع كفك فوق رأس الوسيط موحياً . « أنت تسمعني . . يمكن أن تستيقظ » أجرى بعض التمريرات مع الملامسة أو بدونها .



التخدير المغناطيسى .. اختراق الجسم بإبرة كبيرة أو مسمار ضخم دون أدنى شعور من الوسيط .

ملحوظة : لا يجرى مثل هذه التجارب إلا الطبيب .

التخدير المغناطيسى

عدم الشعوروالإحساس موجود فى حالتى التخشب والسبات كذلك يمكننا الوصول إليه فى حالة التخدير المغناطيسى الصناعى بل وفى حالة اليقظة .

نوّم الوسيط بالطريقة المعهودة وأوحى له قائلاً : « نم بعمق . . . أنت لا تشعر بشىء . . بأى ألم . . . يستحيل أن تشعر . . . » كرر هذه المحاولات . . اجرى بعض التمريرات النازلة مع اللمس . وعند الوصول لحالة التخدير . يمكن وخز الوسيط أو دغدغة أنفه أو أذنه أو بطن قدميه بورقةملفوفة أو ريشة أو أى شىء . فلن يشعر بأى شىء .

بعض ذوى الخبرة من المنومين يثقبون الذراع بإبرة طويلة معقمة دون أن يبدى الوسيط أى شعور .

يستغل بعض الأطباء هذه الحالة فى إجراء أعقد وأطول العمليات الجراحية دون ألم . كذلك فى تخفيف حدة الآلام المصاحبة لبعض الأمراض .

كيف نبطل حالة التخدير المغناطيسى

بإجراء بعض التمريرات الصاعدة قائلاً بإيحاء : « أنت تستعيد احساسك . أنت تعود للحالة الطبيعية . . . استيقظ . . أنت بحالة جيدة » .

نقل الأفكار

توصيل الأفكار عن بعد للوسيط (منوَّم أو مستيقظ) بالإيحاء العقلى فقط- بالتدرب على تركيز الأفكار .

- الطريقة الأولى: نوِّم الوسيط بعمق - ثم اجرى التمريرات النازلة ناظراً إلى جبهته قائلاً بإيحاء :

ركز معى كل إنتباهك . . . حاول قراءة أفكارى . . . سأعطيك أمراً عقلياً . . . وستطيعه . »

فكر بعمق فى ارتفاع يده اليسرى . ابذل مجهوداً تخيلياً كأن يدك ترفع يده اليسرى . ابذل مجهوداً تخيلياً كأن

يدك ترفع يده . بعض الأشخاص سيطيعون مباشرة . إن لم يتم رفع يده حاول فى اليوم التالى جاعلاً إياه يفهم إن حساسيته تتطور وإنه يستطيع طاعة الايحاءات العقلية . تدرب يوميا على التركيز العقلي والمجهود الفكرى مع تكرار المحاولات مع العديد من الأشخاص قطعاً ستحصل على النتيجة المرجوة .

- الطريقة الثانية : نوِّم الوسيط بعمق ثم اكتب رقماعلى قصاصة ورق واثنيها وقربها من عنقه ثم قل مع التركيز العقلي على هذا الرقم «ما هو الرقم المكتوب ؟ يمكنك أن ترى . . ما هو الرقم ؟لا تكتب إلا رقماً واحداً فى البداية . فإذا نطق الوسيط بالرقم الصحيح يمكنك تكرار المحاولة مع أرقام إضافية .

- الطريقة الثالثة : نفس المحاولة مع الحروف والكلمات .

٢٧ طـريقــة مختلفة للتنويم

النــوم الإيحائى

هناك طرق كثيرة للوصول للنوم الإيحائى جميعها تتلخص فى ثلاثة عناصر :

١ - تركيـز النظر على نقطة ما (يفضل أن تكون لامعة أو مضيئة) أو عيون المنوِّم (حالة الافتتان - الإنبهار) .

٢ - الإيحاء .

٣ - إمرار اليد (التمليس) .

ستتابع معًا جميع الطرق التى تؤدى للنوم الإيحائى بادئين بالتفرس ثم الإيحاء ثم إمرار اليد أو التمليس يكون التمليس من أعلى لأسفل عن بعد للتنويم ويكون إمرار اليد من أسفل لأعلى للإيقاظ .

ولإرشاد الدارس لهذه الطرق يكفى أن نثبت بعض وسائل الإمـرار هذه الإرشـادات ليست مطلقـة أو وافـية فى هذا الفصل - كما فى الفصول التالية .

يمكننا تنويع التمريرات المطلوبة .

ويمكننا استحداث طرق أخرى لو ثبت لنا جدواها وقوتها ويمكن للمبتدئ أن يتبع حرفيًا التعليمات المبينة وبعدها ينتقى أو يبتكر أفضل الوسائل التى يراها مناسبة .

الطريقة المركبة

حاول أولى المحاولات مع أكثر الوسطاء حساسية دعه يجلس مستريحًا . ودعه يفكر فى النوم مع تركيز نظره على شىء لامع . قل له على نفس الوتيرة .

« جفونك ثقيلة . . عيناك تغلقان . . . »

كرر هذا الإيحاء . وبعد أن يغلق عيناه ضع يديك على جانبى رأسه والإبهام عند منبت الشعر وأنزل بهما مع الملامسة الخفيفة حتى الحاجبين ثم عد من نفس الاتجاه دون ملامسة كرر هذا الإمرار ٣ أو ٤ دقائق مكرراً .

« رأسك ثقيل . . . . نم » .

قف خلفه بعد ذلك ثم مرر يدك ببطء من وسط الجبهة حتى الصدغين مع الاستمرار فى الإيحاء ٣ أو ٤ دقائق ثم ارجع

أمامه . ثم مرر يدك ملامسًا أو دون ملامسة ابتداء من الرأس مارًا بالكتفين حتى أطراف الأصابع مع تكرار الإيحاء بصوت أقل انخفاضًا « نم . . بعمق »

استمر على ذلك حتى الحصول على النوم .

إن لم ينم الشخص خلال نصف ساعة . . اقطع الجلسة وابدأ فى اليوم التالى فى نفس الميعاد تقريبًا .

بعض الأشخاص الذين تغلق عيونهم من أول إيحاء يمكنهم أن يناموا بعمق فى ثوان . فى هذه الحالة لا يهم استخدام الصور الأربع المبينة . . ويمكننا إقلال الفترة الزمنية الخاصة بكل منهم .

ملاحظة

تنجح محاولات التنويم بسرعة إن أحدثنا لدى الوسيط تعب عضلى قبل استخدام التنويم . يمكننا أن نقترح على الوسيط بسط الذراعين متقاطعين لبضع دقائق . . مما ينتج لديه تعب عصبى يسبب لديه رغبة فى الراحة . وهذه هى اللحظة التى يجب أن يستغلها المنوم للحصول على النوم الإيحائى .

طريقة (١)

قل للشخص أن يفكر فى النوم ودعه ينظر فى عينيك بينما تثبت نظرك بين عيناه أعلا الأنف ثم كرر إيحاءات التنويم ثم مرر يديك أمام العينان من أعلا لأسفل قل بنبرة متسلطة «نم» .

طريقة (٢)

إجلس أمام الشخص . قل له أن يغلق عيناه . خذ يداه بين يديك بحيث تتلامس الأربعة إبهام . واطلب منه أن لا يقاوم النوم الذى بدأ يظهر .

عندما ينام من ٢ إلى ١٠ دقائق حوله إلى النوم العميق بتمريرات على الرأس والصدر .

لكى تجعله يتكلم ضع كفا فوق رأسه . وامسك يده الأخرى واطلب منه وأنت قريب من بطنه : هل تسمعنى ؟ بتكرار السؤال من ٤ إلى ٥ مرات نادرًا ما لا يرد بصوت خفيض . وهذه هى اللحظة المناسبة لبداية التجربة .

طـريقــة (٣)

الإفتــان أو الإبهـــار

بتركيز النظر فقط .

اجلس أمـام الشـخص المراد تنويمه وثبت نظرك دون رمش فى أعـلا الأنف بينمـا ينظر هـو فى عـينيك . . بعـد لحظات سترمش جفونه وتمتلئ عيناه بالدموع وتنطبقان ثم تغلقان .

تستخدم هذه الطريقة فى العرض أمام الجمهور عمومًا فى وضع الوقوف .

طـريقــة (٤)

يضاف إلى تركيز النظر الضغط على الإبهام .

إذا أبطأ الشـخص فى النوم . يتـرك المنوِّم الإبهـام ويضع إبهامه على مقلة الشخص ويغلق الجفن الأعلا .

طـريقــة (٥)

يقف المنوِّم إلى اليسـار الشـخص الواقف طالبًا منه أن ينظر إلى فص لامع لخاتم موضوع فى راحة يده اليسرى فى مستوى

أعلاقليلاً من العين واضعًا يده اليمنى على ظهره عند عظام اللوح أو يملس على ظهره أو خلف رأسه . فتحدث حالة النوم إثر اقتراب وانطباق الجفون أو حين يسقط للخلف » .

طريقة (٦)

ترتكز على نفس المبدأ لكن يضاف إليها إغلاق العينان والتركيز على أعلا الأنف مع الإيحاء الشفاهى مما يعطى لهذه الطريقة قوة ملحوظة للحصول على التنويم فى مدى دقيقة .

يقف الشخص أمام المنوِّم ناظراً لفص خاتم موضوع فى راحة كفه الأيسر على ارتفاع حوالى ٣٠ سنتيمتر من عيناه ويضع المنوم يده اليمنى على عظمتى اللوح لحظات .

ثم يطرح عليه إيحاء ناظراً إلى أعلى الأنف بين العينان مع تقريب اليد اليسرى ببطء وإبعاد اليمنى فيتراجع الشخص ويبدأ التأثير يكمل المنوم بإغلاق عيناه وإجراء بعض التمليسات والإيحاءات .

طـريقـــة (٧)

تدير الرأس فجأة ناظرًا بين العينان .

طـريقـــة (٨)

إجعل الشخص يجلس مسترخيًا وظهره للضوء قائلاً له أن يفكر فى النوم وانظر له فى أعلى الأنف . ضع يديك على يديه واوحى له بالحرارة ثم بثقل فى الذراعين مع استمرار التحديق ثم أجرى تمليسات من الرأس إلى البطن مع إيحاء بثقل فى الجفون ثم النوم .

عندما ترمش الجفون ضع اليد اليمنى على رأس الشخص . اخفض هذه اليد اليمنى بحيث تعجل بإغلاق الأجفان . عندما تغلق العينان اضغط برفق بالإبهام على المقلتين قائلاً :

« الآن أنت تنام . . »

طـريقـــة (٩)

إجعل الشخص يجلس باسترخاء . . قائلاً له أن يفكر فى النعاس وأن ينظر لك . ثبت عليه نظرك جاعلاً إياه ينظر إلى ظهر يدك المرفوعة . تقدم منه بضع خطوات ثم اخفض يدك فجأة آمرًا إياه أن ينام .

إن لم يحدث النوم تقدم نحوه ضاغطًا بإصبعك على جبهته مكررًا الأمر : نم .

طريقة (١٠)

ضع كفك على جبهة الشخص - اخفضها ببطء حتى تغلق عيناه موحيًا بصوت خفيض هادئ « فكر فى النعاس . . جفونك ثقيلة . . هى تنخفض . . ثم » كرر ذلك حتى الحصول على النوم .

طريقة (١١)

دع الشخص يجلس مسترخيًا واجلس فى مواجهته بحيث تكون ركبتيه بين ركبتيك وقدميه بجانب قدميك واقبض على إبهاميه وانظر إليه .

اجلس هكذا من ٢ إلى ٥ دقائق . . فك يديك وارفعهما بمستوى رأسه ثم ضعهما على كتفيه واتركهما حوالى دقيقة ثم مررهما بطول ذراعيه حتى الأصابع مع الملامسة الخفيفة . أعد هذه التلميسات ٥ أو ٦ مرات . ثم ضع يداك فوق رأسه ثم مررها أمام وجهه حتى البطن ضع الإبهامين فوق المعدة وبقية الأصابع على الأضلاع لدقيقتين ثم انزل ببطء حتى الركبتين . هذه التطبيقات تكفى للنوم .

طريقة (١٢)

اجلس الشخص مسترخيًا وخذ كفيه بين يديك واضعًا إبهامه على إبهامك وانظر إليه طالبًا منه أن ينظر إلى عيناك . ابقى هكذا من ١٠ دقائق إلى ربع ساعة .

إن كان سريع التأثر سيغالبه النعاس .

حينئذ اترك يده وقف وارفع ذراعاك إلى مستوى رأسه وضع يداك على ارتفاع ٣ سنتيمتر منها لبضع ثوانى ثم انزل بهما فى مستوى الأذن وتوقف لثوانى .

ثم انزل أطراف أصابعك إلى المخيخ ثم اخفضها نحو الكتف دون لمس حتى الكوعين .

ارفع يديك ثانية مكررًا ما سبق لمدة ٥ دقائق . إجلس من جديد أمام الشخص وارفع يديك إلى مستوى أعلا الأنف ثم انزل بهما إلى أعلا الصدر .

كرر ما سبق حتى الحصول على السكون التام وعدم الإحساس .

طـريقـــة (١٣)

إذا سبق من قبل تنويم الشخص فإن هذه الوسيلة الجديدة تكفى عموماً لإحداث النوم لدى عدد كبير حتى من لم يسبق له النوم المغناطيسى .

دع الشخص يجلس فى وضع مريح . دعه ينظر لهدف لامع موضوع أمام أعلا الأنف بعشرة أو عشرون سنتيمتراً قائلاً له أن يفكر فى النوم وهو ينظر إلى الشئ اللامع . إن لم ينم خلال من ٦ إلى ٨ دقائق اختار وسيلة أخرى .

طـريقـــة (١٤)

بدلاً من الهدف اللامع دعه ينظر إلى إبهامك - قف بجانبه ضع يدك اليمنى مفتوحة على رأسه وإبهامك على بعد عدة ستتيمترات من أعلا الأنف بين العينان .

طـريقـــة (١٥)

التنويم السريع بالإيحاء الشفاهى

بعض الأشخاص سريعى التأثر ينامون بعمق بهذه الوسيلة بعد ملاحظة قابليته للسقوط للخلف بوضع كفيك على ظهره دعه يجلس وأوحى له بصوت إيحائى .

« إغلـق عيناك . . فكـر فى النـوم . . رأسك ثقيل . . ثم نم . . نم » .

طـريقـــة (١٦)

التنويم بالضغط والتأثير علي حاسة السمع

تركيز انتباه الشخص على صوت ذات وتيرة واحدة منتظمة يجعل الكثيرين يستغرقون فى النوم الإيحائى .

دع الشـخص يجلس مسـترخيًا ثم ضع ساعة على جبهته طالبًا أن يغمض عيناه ويستمع إلى صوت دقات الساعة مركزًا عليه كل انتباهه ومفكرًا فى النعاس .

بعض الأشـخاص ينامون بهذه الطريقة فى دقائق .

طـريقـــة (١٧)

الدكتور شاركو كان يجعل مرضاه من المصابين بالهستريا ينامـون بالتـأثيـر العنيف المفـاجئ على حـاسـة النظر والسـمع والشم كان يؤثر على حاسة النظر بتسليط أشعة ضوئية ، وعلى حـاسـة الشم بفَتح قنينة تحت أنف المريض تحتوى على الأمـونيا

وأخيراً على حاسة السمع بالطرق على آلة دف نحاسية أو آله إيقاعية كبيرة .

هذه التأثيرات العنيفة لها تأثير مباشر وفورى على المريض الهستيرى فيستغرق فى النوم العميق ويتصلب جسمه .

طـريقــة (١٨)

التنويم بالضغط على أماكن النوم فى الجسم

بعض الأشخاص لديهم قابلية للنوم الإيحائى بالضغط على بعض الأماكن فى أجسامهم مثل السلامية الأولى لأصابع اليد بالقرب من جذور الأظافر والبعض الآخر عند المعصم والرسغ أو عند موضع انثناء الكوع من الداخل . فإذا إكتشفنا أى من هذه المواضع المؤثرة . يكفى الضغط عليها للحصول على النوم .

طـريقــة (١٩)

إغلق عينا الشخص ضع يداك على جانبى رأسه واحتفظ بجفونه مغلقة وبالضغط الخفيف على المقلتين بالإبهام يغالبه النــوم .

طريقة (٢٠)

نوصى بهذه الطريقة لتخفيف وشفاء آلام الأمراض .

نستخدم وسائل مغناطيسية إيحائية - وكلما زادت قابلية الشخص للإيحاء كلما اشتدت درجة النوم .

أمامنا طريقتين : إما أن يكون الشخص واقفًا . أو لا يستطيع الوقوف

الحالة الأولى هى الأهم . . سنستعرضها بأكثر تفصيل إن كان الشخص يستطيع أن يظل واقفًا . . دعه يقف منتصبًا على قدميه . . يداه بجانبه ؟ رأسه مرتفع ، عيونه مغمضة .·. إجرى بعض التمليسات بأصابعك على جفونه من أعلى لأسفل مع الضغط الخفيف على مقلتيه بحيث تزيد من إغلاق العينان . ثم بعد أن تقف خلفه ضع كفيك على عظمتى اللوح . الإبهامين بالقرب من العمود الفقرى - الأصابع فى تجويف الظهر عند القفا لا تقل شيئًا .

بعد ملامسة الكفين من ١٥ إلى ٢٠ ثانية اسحب يديك بهدوء وببطء شديد للخلف مع الاحتفاظ بهما قريبًا جدًا كما لو كنت تحث الشخص على الاستناد عليهما .

فإذا تبعك وكان يميل للوقوع للخلف تأكد أنك أمام حالة قابلة جداً للإيحاء وأكثر من ذلك لو كان السقوط للخلف سريعًا وكبيراً . فإن قاوم خوفًا من السقوط يكون تنويمه أصعب .

إذا لم يكن هناك أى تأثير أو كان التأثير الناتج ضعيف جداً . إبدأ محاولاتك مع الاستعانة بالتأثير الشفاهى أبلغ الشخص أنه سيشعر بالانجذاب للخلف وأنك عندما ستبعد يدك سيضطر للاستناد عليهما ويتبع حركتهما . إن لم يشعر بشئ يجب ألا يتحرك لكن إذا لاحظ أنه ينجذب للخلف ينبغى أن يترك نفسه واثقًا دون أن يخشى شيئًا . ولا يخاف السقوط لأنك خلفه تسانده .

أوصه ألا يقاوم . ضع يديك لمدة ٢ أو ٣ دقائق من جديد ببطء كما لو كنت تخشى الملامسة . . اسحب يديك . . إن كان ممن يقبلون التنويم سيتابع حركة يديك ويرجع بجذعه للخلف دون أن تتحرك قدمه فتتناسب سرعة الحركة مع سرعة التأثر بالإيحاء بعض الأشخاص يمكن أن يقعوا بالكامل إن لم تساندهم والبعض الآخر يتماسك عصبيًا أو ينقل قدميه لئلا يقع . هؤلاء هم الذين يجب أن يتم تنويمهم .

دع الشخص يقف منتصبًا من جديد وأعد التجربة مرة أخرى مع هذا الجسم الثقيل الذى تأثر كثيراً . . يكون قابلاً للتنويم .

إن لم تصل إلى شىء ملس على الظهر باليد اليمنى من أعلا إلى أسفل ، من أسفل القفا حتى الوسط واليد الأخرى عند البطن لحفظ التوازن . أو اليدين معًا من الجهتين .

بالإضافة لهذا التمليس يمكن الإيحاء الشفاهى بقولك أنك تؤثر هكذا على الجهاز العصبى لديه والذى سيعمل بكفاءة كبيرة بعد ذلك بلا ألم ولا مرض . .

بعد بضع لحظات ملس على الجهة الخارجية العليا لأعلا الساق . ثم أعد ما سبق . . إن كان قابلاً للتنويم سيحدث التأثير فوراً .

إذا لم يحدث أى تأثير حاول المحاولات التالية :

ضع يدك على الجبهة . وبالأصبع الخنصر اضغط بطريقة خفيفة على العين المغلقة . واليد الأخرى فى تجويف أسفل الظهر . . ثم حرك الرأس حركة خفيفة للأمام والخلف من ٢٠ إلى ٣٠ ثانية فإن كان الشخص سريع التأثر تجد أن جسمه

يتحرك ذهابًا وإيابًا . . وإن كان بطئ التأثر تجد الرأس فقط يتحرك والجسم ثابت .

إذا لم تلاحظ شيئًا فلا تستنتج أنه غير قابل للتأثر

إن كان الشخص بطئ التأثر جداً ويقاوم الطرق السابقة إجعله يقف أمام كرة براقة معلقة فى مستوى عيناه . هذه الكرة يمكن أن تكون زراراً فضيًا مثبتًا على قطعة قطيفة سوداء أو أى شئ براق يؤدى الغرض .

« قل له أن يترك دراعاه بجانبى الجسم وأن يركز عيناه وفكره على هذا الزر ولا يهتم بأى شئ حوله .

اتركه لنفسه ٥ دقائق مع مراقبته عن كثب لئلا تغلق عيناه ويفقد توازنه .

إذا أصابه التعب من التجارب السابقة . دعه يجلس أو يتمدد مسترخيًا وأعطه الكرة البراقة فى يده بارتفاع العينان أو على بعد ٤٠ سنتيمتراً اصنع نفس الخطوات السابقة لتركيز النظر والفكر خلال ٥ دقائق إن كنت فى عجلة من أمرك لربع أو ثلث ساعة إذا كان أمامك وقت كاف فيغلق عيناه وحده .

إن أغلقت عيناه من تلقاء نفسها أو لم تنطبق يمكن أن توحى له باستحالة فتحة لعيناه . إن لم يستطع فتحها فتأكد أنه قابل للنوم .

وأخيراً يمكن استخدام التأثير الصوتى للحصول على الإيحاء بالنوم .

طريقة (٢١)

التخدير بالكلوروفورم يمكن تحويله إلى نوم مغناطيسى عن طريق التمليسات والإيحاءات .

هناك طريقتان لاستخدام التخدير فى الحصول على النوم المغناطيسى .

١ - دون علم الشخص .

٢ - بتعريف الشخص أنه سيستنشق مخدراً . فى الحالة الأولى دعه يجلس مسترخياً وقل له بصوت هادئ وبوتيرة واحدة .

« إغمض عيناك وفكر فى النعاس . . رأسك أصبح ثقيلاً . . التعب يتملكك . . تنفس من الفم ببطء وبعمق . . ستنام نوماً طويلاً وعميقاً » :

قرب من فمه بخار مادة الكلورفورم فيتم تخديره وأوحى له بصوت هادئ ومنخفض .

« لن تشعر بأى تعب . . نم . . نم » .

فى الحالة الثانية اعطه إيحاءات النوم وقل له أنه يستنشق الكلوروفورم قائلاً له .

« اغمض عينيك وفكر فى النوم . . . تنفس الكلوروفورم . . لن تشعر بأى ألم . . نم بعمق . . نم .

فى الحالتين تكون التمليسات النازلة محدثة أعمق تأثير للنوم المغناطيسى .

طريقة (٢٢)

ينصح فى هذه الطريقة أن يكون هناك تواصل وتآلف للحصول على الصلة بين الشخص والمنوم .

إجلس أمام الشخص قدميك بجانب قدميه وركبتيك أمام ركبتيه يدك على يده . الجزء الداخلى للإبهام فوق الجزء الداخلى للإبهام لديه وثبت نظرك على بطنه . خلال بضع دقائق يستسلم الشخص الحساس للنوم وتثقل جفونه . بعض

التمريرات عن بعد من الرأس للمعدة تكفى لإحداث النوم الكامل وللأشخاص قليلى التأثر إذا حاول المنوم العديد من المحاولات .

بعد إحداث التآلف إجلس إلى يمينه ويدك اليمنى على جبهته . واليسرى خلف رأسه إلى أسفل لمدة ٢ أو ٣ دقائق وانتقل إلى خلفه بعد ذلك ضع كفك على أذنيه وأطراف أصابعك على عينيه المغلقة .

عد أمامه ضاغطًا بخفة على مقلتيه ثم إجرى التمريرات النازلة من الرأس حتى المعدة .

طريقة (٢٣)

لتحويل النوم الطبيعى إلى نوم مغناطيسى

ينصح بالاقتراب بهدوء من الشخص النائم وأن ينطق بصوت منخفض (نا . . . . م) متتبعًا نفس سرعة تنفس النائم مع الشهيق (نا . . . .) ومع الزفير (. . . م) مع الاقتراب أكثر . ارفع الصوت قليلاً ثم تابع نفس شدة الصوت فتحدث حالة النوم المغناطيسى بتساوى قوة الصوت مع الشهيق والزفير .

طريقــة (٢٤)

دع الشخص يجلس مسترخيًا واجعله يغمض عيناه وقل له أن يفكر فى النوم . . أبلغه أنك ستعد . ومع كل رقم يفتح عيناه ومع الرقم التالى يغمض عيناه .

عد ببطء بصوت ذات وتيرة واحدة . . واحد . اثنين . . ٣ وعند الوصول إلى رقم معين لن يكون قادرًا على فتح عيناه سنلاحظ حركة الرموش مع الجفون المغلقة .

أكمل العد حتى تلاحظ النوم الكامل مستخدمًا التمرير النازل لتعميق درجة النوم .

طريقــة (٢٥)

طرق مختلفة للتنويم

- كل ذوى الحساسية ينامون بوضع مغناطيس قوى حول المعصم .

- الكثير من الأشخاص ينامون بالتأثير الشفاهى فقط .

- الذين سبق لهم النوم يعطون نتائج جيدة . يكفى أن توحى لهم بالنوم قائلاً «نم بعمق . . أنت تنام» لكى تحدث لديهم حالة النوم .

- يمكن أن نصل إلى حالة النوم المغناطيسى دون أن يرى الوسيط المنوم . عن بعد . . بالتليفون . . بشريط التسجيل . . بكتابة خطاب به إيحاء بالنوم . . أو بالتلغراف . كلها وسائل إيحاء وتأثير تصل بنا إلى هدف واحد هو التنويم .

طريقة (٢٦)

التنويم عن بعد

القليلون جداً من ينامون عن بعد بمجرد إرادة وتفكير وتركيز المنوِّم (وهو الإيحاء العقلى) .

يمكنك اختيار أكثر الأشخاص حساسية . ركز عليه انتباهك وتفكيرك مع تكرار فكرة « نم . . أنا بقربك . . نم » تخيل شكله وأنت تريد من كل قوتك أن يطيعك وينام وتخيل أنك قريب منه وتجرى تمريرات النوم .

لزيادة قوة التركيز عن بعد ركز النظر فى نفس الوقت إلى كرة كريستال مضيئة . . باذلاً مجهوداً كبيراً فى التخيل كما لو كنت تريد رؤيته فيها .

طريقة (٢٧)

هذه الطريقة تستلزم أكثر من منوم . وهى تستخدم للتخدير الشامل لإجراء العمليات الجراحية .

ولا يفوتنا هنا أن ننوه إلى برنامج العلم والإيمان للدكتور مصطفى محمود فى التليفزيون المصرى والتى عرضت يوم الاثنين ١٩٩٦/٦/٣ .

حيث أجرى الطبيب الأسبانى «أسكوديرو» جراحات عظام وجراحات دوالى دون تخدير وعمليات جراحية أخرى بمجرد تكرار القول «أنا مخدر» وتركيز انتباهه فى مضغ اللبان ليحتفظ بجريان ريقه !! .

فبعد محاولة تنويمه لمدة ربع ساعة استبدل المنوم بآخر لنفس الفترة الزمنية ويتبادل المنومون التنويم حتى الوصول بالشخص إلى مرحلة النوم العميق جداً .

هذه الطريقة كان يستخدمها الدكتور J.Esdaile رئيس أطباء مستشفى Mesmer فى كلكتا لإجراء العمليات الجراحية .

الإيقـــاظ

إن أردت إنهاء حالة النوم إوحى له قائلاً :

« سأوقظك . . ستكون بحالة ممتازة . . ستقوم بسهولة » .

بعد فترة قليلة قل « استيقظ . . قم أيها النائم » في نفس الوقت اجرى التمريرات الصاعدة من الرسغ ملامساً بخفة الذراعان والكتف حتى الرأس .

مع تكرار هذه المحاولات سيستيقظ النائم بلا أى تعب في معظم الأحوال . .

إن لم يستيقظ بهذه الوسيلة انفخ هواء بارد على العينان والجبهة أو استخدام مروحة يدوية على الوجه مع متابعة الإيحاءات . . «استيقظ . . . استيقظ» .

عموماً سيستيقظ . . إن لم يحدث لا تقلق لأن الاستيقاظ سيحدث بطريقة طبيعية بعد فترة طالت أم قصرت .

إن أردت إيقاظه فوراً . أطلب منه ماذا يجب أن تفعله لإيقاظه . . نفذ ما يقوله فيقوم .

إن لم يجب على سؤالك قل له بصوت إيحائى آمر « الآن يجب أن تقوم . . لا تتأخر زيادة على ذلك نومك لا معنى له . . عندما أعد حتى ٥ استيقظ . . هذا وعد منك . . واحد . . اثنين . . » .

صمم على الحصول على وعد منه . . واصل هذا العد ١-٢-٣-٤-٥ . . صفق قائلاً . . استيقظ . . أنت بخير .

إجرى تمريرات صاعدة . . انفخ هواء بارد على العينان والجبهة واستمر فى الإيحاء حتى يستيقظ .

فى حالات نادرة يلزم إحداث جلبه أو رش مياه باردة على وجه الوسيط أو تغطيس يده فى الماء ، أو جعله يمشى . . حتى يستيقظ .

لن تحدث هذه الحالات النادرة إلا إذا لم نأخذ الاحتياطات اللازمة واستبعدنا حالات التنويم العنيفة (من الأضواء القوية والمفاجآت) .

وفى الغالب الأعم إذا نادينا النائم بإسمه سيستيقظ .

تنويه هــام

يزعم خصوم التنويم المغناطيسى أنه يمكن استغلاله لأغراض جنائيـة كالإغـتـصـاب أو حـمـل النائم على ارتكاب جناية قـتل أو ارتكاب سرقة . . إلخ .

والواقـع أنهـــا مـــزاعـم باطلة . إذ لا يمكن فى التنويم المغناطيسى حمل النائم على ارتكاب جريمة إلا إذا كان مجرمًا بطبيعته وكذلك الأمر بالنسبة للمرأة التى تستسلم للاغتصاب فى النوم المغناطيسى تكون بطبيعتها مستعدة للإستسلام بدونه أيضًا فى حالة اليقظة ، وهكذا القاتل والسارق ، وكل إيحاء فى النوم المغناطيسى يتعارض مع طبيعة النائم لا يلقى بدون استجابة فحسب بل إنه قد يؤدى إلى استيقاظ النائم فورًا وزوال الصلة بينه وبين المنوِّم .

وهناك عشرات التجارب التى أثبتت ما سبق ذكره .

والله ولى التوفيق .

غرائب وطرائف التنويم للتسلية

إيحاءات مختلفة للوسيط أثناء النوم المغناطيسي

- المطر : يظن فيها الوسيط أنه ممسك بمظلة واقية من المطر محاولاً حماية نفسه من المطر المتساقط .

- الرياح : يظن أن ملابسه تأخذها الرياح أو يجرى ليمسك منديله الذى طار .

- الرجل القرد : يحاول تقليد كل حركات القرود .

- الصياد والسنارة : قلق ومتضايق من المتطفلين الذين يزعجون السمك فيهرب .

- اللص المطارد : يجرى هاربًا بكل فزع من مطارديه .

- سكران طينة : يقلد السكير الفاقد الوعى من كثرة الشراب .

- الكسول : يتثائب ويتمطع حتى يتأثر به المشاهد .

- الحزن : يحزن حتى يذرف الدمع مدراراً .

- الفرح : يضحك حتى يستلقى على قفاه ضحكًا .

- الحب والكراهية : كل مظاهر الحب والكراهية .

- الكبرياء : يظهر الكبرياء والعظمة فى الشكل والسلوك .

- **تغيير الجنس** : الوسيط الرجل يقلد النساء والوسيطة تقلد الرجل .

- **الطفولة** : يتكلم بطريقة الأطفال ويحاكى تصرفاتهم .

- **التقدم في السن** : الوسيط الشاب يسعل منحنيًا ويتكلم بصوت منخفض كالعجوز .

- **جنون العظمة** : يظن الوسيط ويتقمص شخصية الامبراطور أو الملك أو الرئيس الخطيب المفوه .

- **مهن حقيرة** : زبال أو رجل المجارى يسلك البالوعة .

- **جامع الثعابين** : يتخيل أنه ينفخ فى مزمار ويجمع الثعابين داخل سلة .

- **مروض الوحوش** : كـإنما يمسك كرباج ويتحكم فى الوحوش .

- **كوب الماء السحرى** : الذى يتحول إلى عشرات المشروبات شاى - عصير برتقال - ينسون- كركديه . . إلخ . وهو ماء .

- **المستند على عكازين** : يسير كمن يستند على عكازين .



التأثير الجماعى

(ضحك - بكاء - غناء - حزن- تصلب)

- الأنف السحرية : يري الوسيط أنف المتفرجين متضخمة جداً أو طويلة جداً . وهو إيحاء فى حالة النوم يمكن أن يتم بعد استيقاظ الوسيط بعشر دقائق .

- ملك البلطجة : يقلب الجاكت فتظهر البطانة أثناء نومه - وفى اليقظة لا يبالى ولا يلتفت إلى كلام من حوله ويرى أن الجاكت فى وضعه الطبيعى ويجب تنويمه من جديد لإلغاء الإيحاء القديم بعدها يضحك من مظهره بعد الاستيقاظ .

- اندلاع النيران : يظن نفسه رجل مطافىء يجرى لينقذ طفلاً من وسط النيران .

- المايسترو العظيم : كأنما يدق البيانو الوهمى .

- الشاعر: يلقى أشعاراً يحفظها أو يلعب دور فى مسرحية .

- فاقد الذاكرة : ينسى الوسيط نفسه واسمه ويزعم أنه لا يعلم ما يفعله .

- صور الشخصيات الشهيرة : هذه التجربة هدفها بيان قوة الذاكرة الشديدة للوسيط . إعرض على الوسيط النائم ١٠٠ كارت أبيض خالى من أى صور أو بيانات . تقول له أن أمامه مائة صورة مختلفة لرجال عظماء فى التاريخ . تقف أمام

إحدى هذه الصور المزعومة قائلاً إنها صورة المهاتما غاندى ، وإذا به يتفرس فيها باهتمام ، اعمل علامة على ظهر الكارت الأبيض ليتيح لك فرصة التعرف عليه مرة أخرى . اخلط جميع الأوراق ثم اطلب من الوسيط أن يبحث بينها عن صورة غاندى . ويا للعجب عندما يستخرج الكارت بعينه الذى سبقت وعملت فيه علامة خفية .

- التنويم بالمراسلة : عندما يكون الوسيط مدربًا تدريبًا جيدًا وأمام الجمهور اعطى له رسالة وهو فى حالة يقظة . وعندما يصل إلى عبارة « نم . . أنا أريد ذلك » فإنه سينام فوراً .

- مطاردة الفراشات : يجري الوسيط خلف فراشات مزعومة ويقع ويقوم .

- وجبة الغذاء الوهمية : يأكل بتلذذ فى أطباق فارغة - ويمكنه أن يتعشى بعد تغيير الأطباق بأخرى .

- شرب العصائر : يشرب زيت الطعام على أنه شربات .

- أكل التفاح : يأكل بطاطس نيئة على أنها تفاح .

- الرجل الكلب : يمشى على أربع ويدخل تحت المنضدة ويقفز فوق أرجل الناس .

- **قارىء الكف** : الوسيط يعمل كقارىء الكف العجوز .

- **البحث عن أشياء ضائعة** : نخبىء شىء فى حجرة ما وفى غير وجوده ويبحث هو عنها أثناء نومه المغناطيسى ويجدها .

- **راعى الغنم** : يظن نفسه راعى غنم ويضرب كلبه ليجرى خلف الغنمات الشاردة .

- **خباز** : يظن أنه يخبز ويضع الخبز في الفرن ويجمعه .

- **ذو القدم المكسور** : يتأوه ويطلب علاج قدمه المكسورة وهى فى الواقع سليمة .

- **قواعد الإملاء** : احضر ورقتين ، إحداهما شفافة - واملى عليه نصًا فى الورقة العادية غير الشفافة طالبًا منه أن لا يضع النقط والفصلات والهمزات . بعد ذلك اسحبها من أمامه وضع مكانها الورقة الشفافة . اطلب منه أن يكتب العلامات التى أغفل كتابتها سابقًا (موهمًا إياه أنها نفس الورقة) .

فإذا وضعنا الشفافة ذات العلامات فوق العادية ذات الكلمات سنجد تطابق تام للنقط فوق الحروف والفصلات والهمزات فى مكانها الصحيح .

(ويا للإعجاز) .

تحقيق عن التنويم المغناطيسى

من مجلة L'express رقم ٢٠٧٢

١٧ - ٢١ مارس ١٩٩١

نتقله إليك عزيزى القاريء كما هو...

التنويم المغناطيسى ونهاية التحريم

التنويم المغناطيسى لا ينكره أحد ، لكن تحيط به هالة من الغموض التى تخلب لب الجماهير ويدهش ويحير الأطباء ويجعل علماء التحليل النفسى ينقسمون على أنفسهم .

كان التنويم المغناطيسى فى الماضى ملعونًا لأسباب تاريخية معروفة فى فرنسا .

ولكنه عاد للظهور الآن رويدًا رويدًا إلى المستشفيات والعيادات الطبية وعيادات التحليل النفسى للعلماء الذين تمردوا على نظريات فرويد وعادت كتب التنويم المغناطيسى تغزو مقدمة المكتبات بكثرة - وفى بضع سنوات فتحت سبعة

مـدارس فى باريس لتـدريسـه للأطبـاء والأطبـاء النفـسـيين ولسيدات المجتـمع والممرضـات . وتضـاعف عدد الممارسين للتنويم عشر مرات فى خمس سنوات ويزداد أكثرفأكثر بعد أن كان محرمًا بالأمس وعاد يستيقظ هذا العلم من جديد ويزدهر بقوة يختزن الضمير الجمعى صور لسيدات شاحبات ذابلات عيونهن مغلقة ينفذن الأوامر بحذافيرها لشخص له مطلق السـلطة عليهـن . كذلك تستدعى الذاكـرة المشـعوذين مثـل (دومينيك وب) على مسرح الأولمبيا - ببضع كلمات مختارة بعناية ونظرة متفحصة مؤثرة كان ينوم ثلاثة أرباع الحاضرين مغناطيسيًا . التنويم يشبه السحر والأشياء غير المعقولة .

ومع ذلك فـهـذا العلـم برىء من كل مـا علق به ، بل ويأتى فى مقـدمة العلوم . وعـدد ٤٩٪ ممن سئلوا بخصـوصـه أعلنوا خـوفـهم وشكهم تجاهه . وفى وسط هذه الحيرة التى تشـغل الفكر . لا يوجد طبيب بشرى أو طبيب نفسى عصبى ولا هناك عـالم يستطيع أن يضع حـالة الإنسان بين نوم ويقظة بين حـالة وعى وعـدم وعى . وليس هناك شـخص واحـد يسـتطيع أن يشرح هذه الحالة بدقة ولا أن يوضح كنهها .



دومينيك ويب *Dominique Webb* المنوم المشهور

فى أحد عروضه أمام الجمهور

بعد آلاف الأبحاث العلمية - الأمريكية أساسًا - حول هذه المسألة وبعد أن قضى ليون شيرتوك الطبيب النفسى والمحلل ومدير التعليم الطبى فى كلية الطب « لاريبوازيير - سان - لويس (ثلاثون عامًا من الخبرة فى هذا الموضوع وحجة فى هذا العلم) يقول : « النوم المغناطيسى هو الحالة الرابعة بعد الحالات الثلاثة المعروفة فى حياة الإنسان (اليقظة - النوم - الحلم) نوع من الإمكانات الطبيعية الكامنة - نوع من الفطرة الغريزية » . أما الطبيب النفسى چون جودان والدكتور فى العلوم الإنسانية ومؤسس معهد إريكسون فلا يتفق تمامًا مع هذا الرأى فيقول : « النوم المغناطيسى عبارة عن طريقة سيكولوجية خاصة فيها يكون الشخص فى حالة سهو عن الواقع الخارجى المحيط به ولا يكون لإرادته سيادة الموقف وتبدأ تظهر قدرات جديدة من تأثير الروح على الجسد، أو العمل على مستوى اللاشعور » . باختصار ، يكون النوم المغناطيسى « حالة جديدة من حالات الوعى » كما يطلق عليه أطباء النفس . انفصال عن حالة اليقظة العادية تتميز أحيانًا بمنع جزئى للإرادة وتقبل زائد للإيحاء .



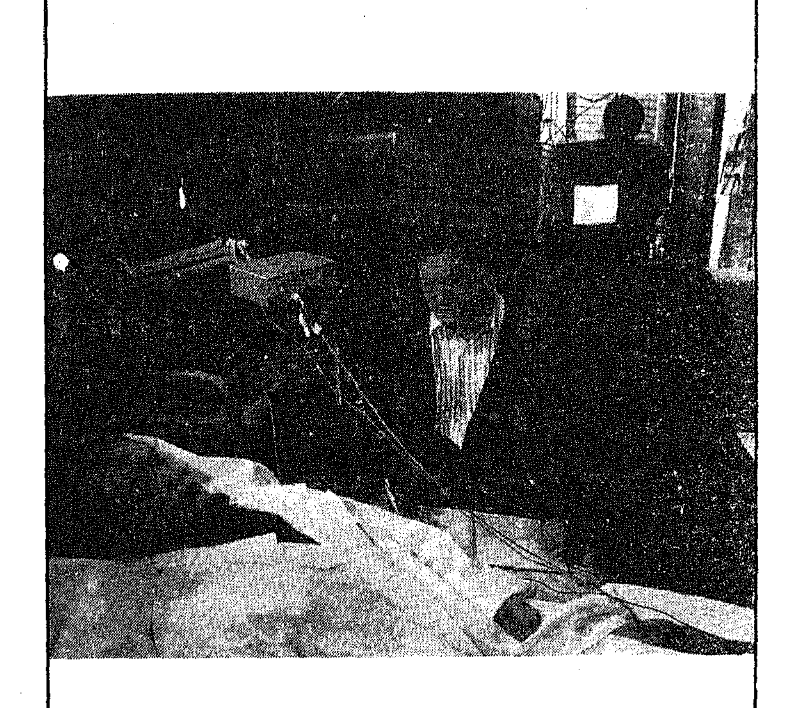
الدكتور *Godin* الطبيب النفسى والدكتور فى العلوم الإنسانية ومؤسس معهد إريكسون . يتابع دورة تعليمية للأطباء فى التنويم المغناطيسى .

لنا أن نتعجب والحال هذه أن الحالة الفسيولوجية الطبيعية للوسيط تبقى كما هى : التنفس ، النبض ، اختبار الطرق على أسفل صابونة الركبة لاختبار الأعصاب يظل الحال كما هو عليه بنفس الدرجة فى حالة اليقظة .

مئات الباحثين - بالذات فى الولايات المتحدة - حاولوا اكتشاف تغيرات على جهاز كهربية ومؤشرات الدماغ Electroence phalogramme (E.E.G) عبثًا .

اليوم يتفق الجميع تقريبًا - كما يشرح ديديه ميشو مدير المعهد الفرنسى للنوم المغناطيسى وباحث فى معهد الطب النفسى « لاروشفوكو » - فإن مؤشرات كهربية الدماغ هى هى لا تتغير أثناء النوم المغناطيسى عنها فى حالة اليقظة .

بالنسبة للعلم . . يظل النوم المغناطيسى سرًا مستغلقًا ، حالة غامضة تحدث إثر إشارات وكلمات غير ذات قيمة مثل « أريد أن تسترخى وترخى جميع عضلاتك ، رقبتك ، ذراعيك ، ساقيك . . أنت تشعر بالكسل فى جميع أنحاء جسمك ، جفنيك ثقيلين . . تشعر بثقل كبير فيهما . . لا تستطيع فتحهما » . كلمات مسيطرة ، متكررة ، تصدر



الباحث ديديه ميشو مدير المعهد الفرنسي للنوم المغناطيسي وباحث معهد الطب النفسي « لاروشفوكو » . فى مصحة « السالبتريير » .

بنبرة رتيبة . . لكنها كلمات -كما يقول ديزيريه الطالب الكونغولى « تسبب لدى راحة وسلام داخلى » أو كما يقول دانيال ٣٨سنة « تفصلنى عن الواقع وتشعرنى براحة داخلية » .

أحيانًا . . مع هذا الصوت النافذ يضيف بعض الممارسين تركيز وتثبيت النظر على شىء يستقطب كل اهتمام الحالة أو الوسيط . وآخرين يستعملون حاسة النظر فى التأثير - وهذا بدأ يقل كثيراً لدى الأطباء ولكن ظل كما هو لدى منومى الملاهى والاستعراض .

مهما كانت الوسيلة المستخدمة . فإن الأمر لا يتعلق بموهبة خاصة من السماء أو بعطية خاصة ببعض الأولياء النادرين المختارين . بل هو شىء يمكن تعلمه - ولذلك يحفظ الممارسين له ، الكلمات والحركات التى تساعد المريض على الخروج من الواقع المحيط به ليغوص فى هذه الحالة خارج الزمن . الجميع لا يسلكون نفس المسلك - كل يسلك حسب شخصيته - وعلامات النوم تختلف من شخص لاخر . فهناك من يغلقون عيونهم ، من تظل عيونهم مفتوحة ، من تتصلب

أعضاؤهم ، من لا يريدوا الكلام ، ومنهم من يقلد أصوات الطيور فى بلده ولا يذكر ذلك بعد الاستيقاظ (مثل ديزيريه) ، وهناك من يتذكرون كل شىء ، وهناك من لا يذكروا أى شىء .

يقول ديديه ميشو : « هذا انطباع غريب جدًا عندما تنكر مجموعة كاملة ما قاموا بعمله ورأيته أنا بعينى رأسى منذ ١٠ دقائق قبل أن يستيقظوا » . ويستطرد قائلاً : « أوحيت إلى مجموعة من الطلبة أثناء النوم أن ذبابة تطير أمام وجوههم . . فحاولوا جميعًا أن يطردوها . . بعد اليقظة طلبت منهم أن يجاوبوا كتابة على سؤالى فلم يعرف أى منهم ما حدث أثناء النوم المغناطيسى » .

البعض يمشى أثناء النوم والآخرين لا يشعرون بأى ألم إذا أحدثنا بهم ألم . يقول چاك بالاسى الطبيب والمحلل النفسى الباريسى : « عندما أنهيت دراسة الطب فى الولايات المتحدة حضرت جلسة تنويم مغناطيسى أثرت فىّ كثيراً وأثارت في نفسى الاهتمام بالتنويم ، وذلك عندنا شاهدت أحد المنوِّمنين يؤثر فى السكرتيرة السابقة للرئيس ترومان وأوحى لها أنها لن تغادر القاعة إلا بعد أن تطلب سيجارة ، وبعدأن فتحت

عينيها ، كانت تبدو متضايقة مترددة تدور حول نفسها فى القاعة . . . حتى طلبت سيجارة . ولم تتذكر على الاطلاق أن الطبيب أوحى بذلك أثناء التنويم » .

يقول ليون شيرتوك : « أن هناك اختلافات من شخص لآخر . فليس هناك أى صلة بين القابلية للتنويم عند شخص ما وعمره وحالته الصحية وحالته الجسمانية وجنسه وسلالته وحالته الاجتماعية» وأمكن تصنيف الناس لثلاث فئات . أولاً غير القابلين للتنويم الرافضين خشية الإنسياق وراء إرادة أخرى وتفكك شخصيتهم ويمثلون حوالى ١٥٪ من المجموع . وفى الناحية المقابلة تجد الأشخاص الأكثر حساسية القابلين للنوم الصناعى من ينسوا كل ما قالوه أو لهم بعض اضطرابات سمعية بصرية قبل بداية دخولهم عالم التنويم وعددهم من ٣ إلى ١٥٪ وبين هذين النوعين يقع جميع الناس الباقين » .

يقول الطبيب النفسى دكتور جانو هوارو : « إن خاصية قابليتنا أو عدم قابليتنا للتنويم تشكل دعامة أساسية فى شخصيتنا » .

ونعود لطرح سؤال هام .

ما هى العلامات التى تشير إلى استغراق الشخص فى نوم مغناطيسى حقيقى ؟ يقول چاك انطوان مالارويز - طبيب ومحلل نفسى : « العلامات هى ثبات النظرة - ارتخاء عضلات الوجه - الذراعان كأنما انفصلا عن الجسم - تخشب وجمود - يتكلم النائم بكسل شديد ، يفقد إحساسه بالزمن - عمومًا يشبه من ينظر فى داخل نفسه » .

كأنما يرحل داخل جسده بطريقة لا تقاوم . نذكر حالة السيد إميل ٦٥ شبه المنبوذ من المجتمع سابقًا بسبب إصابته من الرأس إلى القدم بطبقات من الإكزيما الحمراء - وسوء حالته وإقامته شبه الدائمة فى المستشفيات . وهذا المرض تعبير خارجى للجسد عن الحالة الداخلية للمريض - اعتاد من نوفمبر ١٩٩٠ أن يأتى يتمدد على كرسى الدكتور هوارد فى مستشفى كوشان ويترك نفسه لمدة نصف ساعة فى جلسة هدهدة بصوت الطبيب الأجش دون أن ينبس ببنت شفة مستمعًا فقط سابحًا فى العالم الذى يوحى به له الطبيب الممارس للتنويم . وفى خلال بضعة أسابيع تراجع المرض وشفيت الأكزيما تقريبًا » .

يقول إميل : « بعد كل جلسة كنت أشعر براحة داخلية كبيرة كنت أفتقدها قبل ذلك وكنت أعيش فى كرب وهم . الآن لم أعد أخشى النظر فى المرآة » .

حالات الشفاء تحت تأثير النوم المغناطيسى لا تعد ولا تحصى . تكتب معظمها فى تقارير للجرائد العلمية على أعلى مستوى - هنا أحد النجارين الذى عاد إلى النوم الطبيعى الذى أفتقده لمدة طويلة - إحدى الباريسيات التى هجرت التدخين - أحد الموظفين الذى لم يكن يستطيع وضع قدميه على الأرض منذ ثلاث سنوات لاصابته الخطيرة فى أنسجة الركبة الناتج عن سوء التغذية أنتجت نقص تكلسى عظمى واستطاع السيرأخيراً . وهناك ٢٣ مصاباً باضطرابات وظيفية فى الأمعاء تختفى . . وصداع يذهب - وسنطة تشفى - وأسنان تخلع بدون تخدير - ونزيف يتوقف . . معجزات كما يسميها المؤمنين . . الرأى الصحيح هو التأثير على النفس فى حالة مختلفة من حالات الوعى التى يغوص فيها التنويم المغناطيسى - والتنويم ليس دواء لكل الأعراض ولكنه وسيلة مثل الوسائل الأخرى تضاف إلى وسائل العلاج المتعددة .

يقول الدكتور جانو هوارو : « يوجد أربع محاور كبرى يكون فيها التنويم العلاجى هو الأمثل :



١ – علاج آلام الرأس .   ٢ –علاج آلام الأسنان.

١ - الأمراض النفس جسمية مثل الربو والتهاب القولون النازف والإكزيما والقرح والخراجات ، والأمراض الجلد عصبية والثآليل والاضطرابات الجنسية - يستخدم الدكتور چيلبار توردجمان الأخصائى الكبير فى هذا القطاع ، العلاج بالتنويم المغناطيسى بتوسع .

٢ - الآلام : مهدئ ناجع للآلام ولتخفيف الأوجاع الناتجة عن الأمراض والحروق الخطيرة والطفح الجلدى الحويصلى على أعصاب الحس وآلام الوضع .

٣ - الميول الضارة كتسمم التبغ والسمنة وأمراض الجوع وإدمان الكحوليات . . حيث حققت نجاحًا يصل لـ ٧٠٪ .

٤ - الاضطرابات النفسية ، التشنجات وأوجاع انكماش العضلات التشنجي ، تقلص عضلات الوجه والشلل والرجفة وفقدان الصوت والثأثأة فى الكلام (التى تصاحب ما يسمى بالهستيريا العصبية) الخوف ، الانهيار العصبى والصدمات العصبية الناتجة عن حوادث الطرق والإرهاب والحروب . ولكن يجب تجنب التنويم لدى المرضى العقليين والذهانيون ذوى الشخصيات الغير سوية . للأسف وكما هو



تخفيف الشعور بالألم لدى المريض

الحال فى التحليل النفسى فإن الإحصائيات غي موجودة - يصادف الأطباء نجاحات كثيرة وأيضًا يصادفون فشلاً (غالبًا بسبب قلة التدريب لدى المعالج) كما يشرح الدكتور بنهايم الذى يعالج بالتنويم والدكتور مالاروز . بالإضافة لذلك فإن كان هناك ما يسىء للعلاج المغناطيسى فهو أنه لم يقنن بعد. فكل من هب ودب يدعى أنه يمارس العلاج بالتنويم ومنهم المشعوذين . والبعض يبالغ ويدعى أن التنويم يساعد فى تعلم اللغات الأجنبية . ويكذب الدكتور ديدييه ميشو هذا الإدعاء قائلاً : « الدراسات التى قمنا بها وتعززها الأبحاث الأمريكية تبين بوضوح أنه لايمكننا أن نحفظ قائمة كلمات اللغات الأجنبية تحت تأثير النوم المغناطيسى بطريقة أفضل مما نحفظها طبيعيًا فى حالة اليقظة » .

المهن الطبية تحاول أن تنظم المسألة ، فمنذ ٦ سنوات و (الجمعية الفرنسية للتنويم) لاتعترف بين أعضاؤها إلا بالعاملين فى مجال الصحة .

نعود للتساؤل : لماذا هذه التقنية التى عادت للظهور بقوة وكانت مدعاة للخزى سابقًا فى فرنسا - وليس فى بقية الدول - فى الماضى ولسنوات طويلة . لأن سلطة التحليل النفسى

الذى انتشر قد خنقها فى مهدها . ففى أكتوبر عام ١٨٨٥ حضر « فرويد » إلى مصحة الأمراض العصبية والهستيرية La Salpêtriére ليتلمذ على يدى شاركو Charcot . حيث تعلم التنويم الذى أثر فيه كثيراً . وعندما عاد إلى ڤيينا أدخل هذه التقنية فى أبحاثه ثم تخلى عنها سريعًا لسبب أساسى وهو أن هذا « النوم الواعى » لا يتمشى مع كل الأشخاص ، فهو رهن بعوامل خاصة بكل شخص على حدة وكما يقول الدكتور مالارويز فإن هدف « فرويد » كان أن يؤسس علمًا إدراكيًا تطوريًا عالميًا ، فابتكر التحويل النفسى - أى الرجوع إلى الأحاسيس لدى المريض فى الماضى ، أساس نظرية التحليل النفسى مع المريض» . وبالتالى كما فعل المعلم فعل تلاميذه وتعلم منه جميع المحللين النفسيين فى فرنسا ، حيث جثمت النظرية الفرويدية فى التحليل النفسى وغطت على ما عداها . وحيث كانت تجارب وممارسات العالم شاركو Charcot قد نسيت تمامًا بعد موته . حيث علقت بالأذهان صورة التنويم كأنه علاج مغشوش لمرضى لا حول لهم ولا قوة ، كالعرائس المتحركة . وعلى التوازى كان الخلط فى الأذهان بين ما يقدم من عروض للتسلية ، وبين ما يستخدم فى عيادة الطبيب . لطالما عانى علم التنويم من هذه السلبيات - هنا

للتسلية وهنا للعلاج - وكما يقول البروفيسور « چان بيار أوليه » مدير الخدمة الطبية في مستشفى « سانت آن » : « الطب أحرز تقدمًا كبيرًا - فالدواء يسمح بالوصول فى الأغلب الأعم إلى نتائج كنا نحصل عليها فى الماضى - وليس دائمًا - بالتنويم المغناطيسى والذى كوَّن انطباعًا عامًا مضادًا نظرًا للغياب عن الواقع المحيط فى حالة النوم » . أما فى الخارج فى الولايات المتحدة وكندا وبريطانيا وألمانيا - فإن تطبيقاته تتضاعف وتزداد ، أما فى فرنسا فإنه ألقى فى دولاب الغرائب . فمنذ ١٠ سنوات كان يعد على الأصابع الأطباء النفسيين والأطباء الذين يستخدمون هذه التقنية . ومن بينهم « ليون شيرتوك » الذى حاول استخلاصه من عالم النسيان ، وكما يصف بنفسه الصراع بين الأجيال بطريقة حماسية وفكاهية فى كتابه « مذكرات مبتدع » .

اليوم يخرج هذا العلم من دائرة الظل . يمكننا أن نحصى فى باريس وحدها آلاف الممارسين له . فقد بعث من جديد . أولاً لأن بعض المحللين النفسيين المنشقين على فرويد - مثل فرانسوا روستان المحلل النفسى الباريسى الشهير الذى نشر كتاب حول موضوع « التأثير » لدار نشر مينوى Minuit

هو وچاك بالاسى - قرروا إدخال هذه التقنية فى ممارساتهم الطبية وأعلنوا ذلك على الملأ .

ويقول « فرنسوا روستان » : « النوم المغناطيسى بالنسبة لى يزيل الحواجز . واضعًا جانباً الذكاء والإرادة والتوجه الواعى » . فإن التحليل النفسى الجاف وطويل الأمد يخسر أيضًا أمام المعالجة النفسية القصيرة التى تأتينا رأسًا من الولايات المتحدة . فالعلاج التنويمى (الهادىء) لميلتون إريكسون أكبر المعالجين بالتنويم - حيث اختصر الإيحاء إلى أقل مدى - وتبعه فى ذلك مئات التابعين الفرنسيين : يقول ديدييه ميشو : « إريكسون ضد التحليل النفسى . بالنسبة له فإن العقل الباطن خيِّر ومصلح . أما العقل الباطن فى التحليل النفسى فهو يعتبر مكان للكبت والممنوع . . التنويم المغناطيسى تبع إريكسون تفاؤلى ، يعتمد على دينامية تأتى من الداخل .

إن الموجة الإريكسونية التى تشغل مثقفى البلاد واتحاد المحللين النفسيين الشهيرين وصورة « شاركو Charcot التى تعود للظهور . . تلك هى بوادر الربيع .



فى نهـــاية القـــرن المـاضى فى فرنسا ، العالم *Charcot* فى مصحة الـ *Salpêtriere* ودرس عملى جماعى للأطباء فى التنويم المغناطيسى .

يبقى أن نقول أنه فى فرنسا مازال التنويم مصاب باللعنة فى أكبر مراكز البحث العلمى . ولكن يقول الدكتور « دانييل ويدلوتشز » مدير مستشفى ومصحة Salpêtriére والذى يرأس فى نفس الوقت قسم السيكلوجيا والسيكوفسيولوجيا للمركز القومى للبحث العلمى : « لا نطلب إلا دراسته دراسة متأنية عن قرب » . ويعلن الدكتور « بولار جوجان » مدير معمل كهربا الفسيولوجيا بمستشفى « « سانت آن » فى باريس : « بالنسبة لى أهتم بالموضوع جداً إذا قدمت لى تجارب جيدة ومتنوعة فى الموضوع » . ويقول ليون شارتوك : « هذه الظاهرة تستحق التوقف عندها طويلاً . وتجرى دراسات وأبحاث متعلقة بها على هامش السيكولوجيا والبيولوجيا وعلم الأنثروبولوجيا وصفات الأنثولوجيا » .

وهذا أيضًا هو رأى البروفيسور چورچ لاباساد مدرس الأنثروبولوجيا السيكولوجية فى معهد الأنثولوجيا فى جامعة باريس ٧ الذى نظر للموضوع بعين الباحث ويقول أن التنويم هو رعب المجتمعات الغربية وبالنسبة لى توجد علاقة فى الأذهان بين مظاهر التنويم المغناطيسى الحديث وبين الخزعبلات

والممارسات الدجلية والشعوذة القديمة نجد فيها تشابهًا في العلامات والمظاهر.

الآن يراجع الأطباء والمحللين النفسيين أوراقهم . وبدأ التنويم يظهر كوسيلة علاج حان الوقت للبحث ومحاولة فهم هذه الميكانيكية العميقة النفس جسمية - لسلطان الروح على النفس والجسد Françoise Harrois - Mounin .

إحصاء طريف حول التنويم المغناطيسى

أجرى فى فرنسا فى ١٩٩١/١/٨

على ألف شخص يمثلون جميع شرائح المجتمع الفرنسى

من سن ١٥ حتى سن السبعين

★ سـؤال رقـم (١) : مـا رأيك فى الظواهر التـاليـة هل هى حقيقة أم خداع ؟

	ظاهرة حقيقية	خداع	لا إجابات
- التنويم المغناطيسى	٧٣٪	٢٢٪	٥٪
- البحث عن الآبار بعصا شجرة بندق	٦٥٪	٢٦٪	٩٪
- نقل الأفكار عن بعد (تليباتى)	٦٢٪	٣١٪	٧٪
- الرؤية فى البللورة	٤٠٪	٥٢٪	٨٪
- المائدة المستديرة	٢٢٪	٦٩٪	٩٪

* غالبية الفرنسيين يظنون أن التنويم ليس نوع من التحايل ، لكن ظاهرة حقيقية (٧٣٪) ومعروف ، بما أنه النسبة للشريحة

التى « بلا إجابة » ضعيفة جدًا (٥٪) . بالإضافة لذلك فإن وجود التنويم شيء مُسَلَّم به بين الشريحة الاجتماعية المتميزة (٨٨٪ من ذوى المهن الحرة وشاغلى الوظائف العليا) كذلك بين الأكثر ثقافة (٨٨٪ ممن حصلوا على تعليم عالى) وهذا يجعله يختلف عن بعض الممارسات مثل الكرة اللامعة والمائدة المستديرة . . . لأنه عادة ما تكون الطبقات المتوسطة والشعبية التى توافق على الممارست الغير طبيعية .

★ سؤال رقم (٢) : هل تتفق مع الآراء التالية ؟

- معظم الناس يمكن أن يناموا مغناطيسيًا	١٥٪
- بعض الأشخاص فقط يناموا مغناطيسيًا	٧٤٪
- لا أحد يمكن أن ينام مغناطيسيًا	١١٪

* هذه النتائج تكمل سابقتها . فالجمهور المثقف له حاسة « اختيارية » للتنويم كشيء واقعي فيعتبره ٧٤٪ قادر على تنويم قلة من الأشخاص . هذه الرؤية شبه ثابتة . إلا عند الشباب الصغير الذين يميلون إلى اعتبار « أن معظم الناس قابلون للتنويم » .

★ سؤال رقم (٣) : هل تعتقد أنه يمكن تنويمك ؟

- نعم بالتأكيد	١٨٪
- نعم ربما	٣٥٪
- لا بالتأكيد المحتمل	٢٢٪
- لا بكل تأكيد بتاتًا	٢٥٪

* معظم الجمهور يعتقد أن قلة من الناس قابلة للتنويم فإن ٥٣٪ ممن سئلوا يظنون أنهم ضمن هذه القلة القابلة للتنويم . يزداد هذه الاعتقاد عند الشباب . أما عدم الإعتقاد فى القابلية للتنويم تزداد كلما تقدمنا فى السن . الذى يبدو معه عدم القابلية لتقبل أى تأثيرات جديدة .

★ سؤال رقم (٤) : فى حالة المرض هل تلجأ لوسيلة من الوسائل الآتية بعيدًا عن الطب الكلاسيكى ؟

	نعم في بعض الحالات	لا في ولا حالة	بلا إجابة
- علاج الداء بالداء	٨١٪	١٦٪	٣٪
- الوخز بالإبر الصينية	٧٨٪	٢١٪	١٪
- العلاج النفسى	٥٩٪	٣٥٪	٦٪
- التنويم المغناطيسى	٢٣٪	٧٣٪	٤٪

* قليل من الناس يبدو أنهم يثقون فى التنويم كعلاج وهذه النسبة لا تتغير أبدًا مع السن أو مع التربية ولا الوسط الاجتماعى المهنى . بينما يميل الوسط الاجتماعى المتميز إلى استخدام الطب العلاجى فإن شاغلى الوظائف العليا لا تميل أكثر من غيرها للجوء للعلاج المغناطيسى .

★ سؤال رقم (٥) : فى رأيك هل التنويم المغناطيسي وسيلة فعالة ؟

	فعالة	غير فعالة	لا إجابات
- تساعد فى علاج الإكتئاب والانهيار العصبى	٪٥٣	٪٣٠	٪١٧
- تساعد على التخلص من التدخين والكحل والإفراط فى الطعام والسمنة	٪٤٢	٪٤٦	٪١٢
- تخفف الآلام	٪٣٧	٪٤٦	٪١٧
- تحل المشاكل الجنسية	٪٢٧	٪٥٠	٪٢٣
- تساعد على تعلم اللغات	٪١٧	٪٦٤	٪١٩

* نلاحظ هنا نسبة (بلا إجابة) مرتفعة علامة على أن مجال التنويم المغناطيسى حتى الآن غير مأخوذ به . ونسجل

نسبة عالية للرأى السلبى . عدا ما يتعلق بفاعلية التنويم فى علاج الاكتئاب . حتى بين أوساط شاغلى الوظائف الإدارية العلياوذوى المهن الحرة الذين يعرفون حقيقة التنويم ، فإن اعتقادهم لا يذهب أبعد من ذلك إلا فى حالة علاج إدمان الكحوليات والتدخين .

دانييل بوا . . باحث فى المؤسسة الوطنية للعلوم السياسية .

أهم المراجع

1. Personal Magnetism By: EDMUND SHAFTES BURY.
2. A Dictionary of Psychology (JAMES DREVER).
3. All About Hypnosis (Flashbook, 1968).
4. I"Hypnotisme par l"image. (J. Filiatre).
5. L'Hypnose et les Phénoménes psi (Dominique Webb).
6. Les mysteres de l'Hypnose (Georges de Dubor).
7. Le Magnetisme Animal (Dr. J.S. Morand).
8. Maladies Nerveuses (W. Seffer - G-Gasne).
9. Psychothéra pie (ANDRÉ THOMAS).
10. La Psychologie inconnue (E,Boirac).
11. Traité D"Hypnotisme (Dr. Paul Joire).
12. L'EXPRESS Nu. 2072 Hypnose - la Fin du Tabou.

المؤلف فى سطور

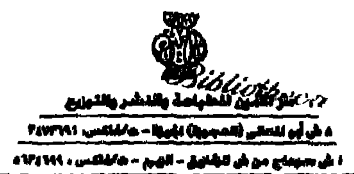
* الاســـــم : نبيل إبراهيم غالى .

* الســـــن : ٤١ .

* المـؤهـل : - ليســـانس آداب اللغة الفرنسية
جامعة عين شمس .

- دبلوم عالي الترجمة الفرنسية
جامعة القاهرة .

* الوظيفة : مدرس .





التنويم المغناطيسي ...

■ علم التنويم المغناطيسي اليوم بعد تنقيته من الشوائب التي علقت به أصبح أداة فعالة في يد آلاف الأطباء والعلماء في أمريكا وروسيا وأوروبا لعلاج الأمراض النفسجسمية والربو والقرح والإكزيما والخراجات والأمراض الجلدية والجنسية ولتهدئة آلام الوضع والحروق والطفح الجلدى والسمنة وتسمم التبغ وإدمان الكحول والاضطرابات والتشنجات والشلل وفقدان الصوت والخوف والخجل والانهيار العصبي والصدمات العصبية والصداع وخلع الأسنان بدون تخدير وكذلك إجراء الجراحات الكبرى .

■ أتمنى أن يضيف هذا الكتاب ومن هذه الزاوية التي عالجها - أي زاوية علم التنويم التجريبي وليس العلاجي - بداية انطلاق إلى آفاق رحبة في خدمة الإنسانية .

الناشر

نبيل إبراهيم غالى

ليسانس الآداب من جامعة عين شمس مع دراسات عليا . شارك في العديد من حلقات البحث المتعلقة بموضوع الكتاب .

زار العديد من دول العالم التي تولي هذا الموضوع اهتماما علميا تطبيقيا .

متابع للجديد في علم التنويم التجريبي ويتطلع إلى تثبيت قواعد هذا العلم في مصر .

دار الأمين طباعة • نشر • توزيع DAR AL-AMEEN

شارع ابو المعالي (خلف المعهد البريطاني) العجوزة . تليفون/ فاكس ٣٤٧٣٦٩١

١١ شارع بستان الدكة من شارع الألفي مطابع سجل العرب . القاهرة ت : ٥٩٣٦٧٠٦